МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **УЯВЛЕННЯ МОЛОДОГО ПОДРУЖЖЯ ПРО ФУНКЦІОНАЛЬНО-РОЛЬОВУ СТРУКТУРУ СІМ'Ї В ПЕРІОД АДАПТАЦІЙНОЇ КРИЗИ**

Виконала: студентка ІІ курсу, групи 8.0533-1-з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Яма Оксана Петрівна
Керівник: Мосол Н.О., к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Рецензент: Грандт В.В., к.псих.н.,
доцент кафедри психології

Запоріжжя 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри _____
к.психол.н., доцент. Н.О. Губа
«____»_____2024 р.

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ
Яма Оксані Петрівні

Тема роботи Уявлення молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи
керівник роботи Мосол Н.О.,д.психол.н., професор кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с
2. Строк подання студентом роботи 04.12.2024 р.
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: провести теоретичний аналіз основних соціально-психологічних підходів до дослідження уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї, здійснити аналіз адаптаційної кризи в молодій сім'ї як соціально-психологічного феномена, дослідити психологічні уявлення молодого подружжя про сімейні ролі та функції в період адаптаційної кризи, провести емпіричне дослідження чинників, що впливають на формування уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї, виявити взаємозв'язок між уявленнями про сімейні ролі та гармонійністю шлюбних стосунків, розробити програму психологічної підтримки для подолання адаптаційної кризи молодим подружжям, оцінити ефективність запропонованої програми в контексті зміцнення шлюбних відносин та гармонізації уявлень про сімейні ролі.
5. Перелік графічного матеріалу: 16 таблиць, 10 рисунків

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Мосол Н.О., доцент		
Розділ 1	Мосол Н.О., доцент		
Розділ 2	Мосол Н.О., доцент		
Розділ 3	Мосол Н.О., доцент		
Висновки	Мосол Н.О., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	Січень – лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2024 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень – травень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2024 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень – серпень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2024 р.	Виконано

Студент _____ О.П. Яма

Керівник роботи _____ Н.О. Мосол

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ О.М. Гредінарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 103 сторінок, 10 малюнків, 16 таблиць, 77 джерел, 6 додатків.

Об’єкт дослідження: адаптаційна криза в молодій сім’ї як соціально-психологічне явище.

Предмет дослідження:уявлення молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім’ї в період адаптаційної кризи, а також чинники, що визначають формування цих уявлень та їхній вплив на гармонійність шлюбних стосунків.

Мета дослідження: визначити особливості уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім’ї в період адаптаційної кризи, та розробити психологічну програму підтримки молодих сімей для подолання кризового періоду.

Гіпотеза дослідження:базується на припущенні, що уявлення молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім’ї в період адаптаційної кризи залежать від поєднання особистісних особливостей подружжя, їхніх життєвих цінностей та очікувань.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, систематизація, конкретизація, групування, узагальнення); емпіричні (спостереження, опитування, тестування, анкетування); математичної статистики; порівняльного аналізу; графічний та ін.

Наукова новизнаполягає у комплексному аналізі уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім’ї в період адаптаційної кризи.

Результати дослідження можуть бути використані у розробці психологічних програм підтримки молодих сімей для подолання адаптаційної кризи.

МОЛОДЕ ПОДРУЖЖЯ, АДАПТАЦІЙНА КРИЗА, ФУНКЦІОНАЛЬНО-РОЛЬОВА СТРУКТУРА, СІМ’Я, ПІДТРИМКА

SUMMARY

Yama O. P. Young Spouses' Perceptions of the Functional and Role Structure of the Family During the Adaptation Crisis.

Object of research:the adaptation crisis in young families as a socio-psychological phenomenon.

Subject of research: young spouses' perceptions of the functional and role structure of the family during the adaptation crisis, as well as the factors influencing these perceptions and their impact on the harmony of marital relationships.

The purpose of the research: to identify the characteristics of young spouses' perceptions of the functional and role structure of the family during the adaptation crisis and to develop a psychological support program for young families to overcome the crisis period.

The hypothesis of the research:based on the assumption that young spouses' perceptions of the functional and role structure of the family during the adaptation crisis depend on the combination of their personal characteristics, life values, and expectations.

Research methods: theoretical methods: analysis, systematization, concretization, grouping, and generalization; empirical methods: observation, surveys, testing, and questionnaires; methods of mathematical statistics; comparative analysis; graphical methods, and others.

Scientific innovation: the scientific novelty lies in the comprehensive analysis of young spouses' perceptions of the functional and role structure of the family during the adaptation crisis.

Research results can be used in: the development of psychological support programs for young families to overcome the adaptation crisis.

YOUNG SPOUSES, ADAPTATION CRISIS, FUNCTIONAL AND ROLE STRUCTURE, FAMILY, SUPPORT.

ЗМІСТ

ВСТУП……..7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДОГО ПОДРУЖЖЯ ПРО СТРУКТУРУ СІМ'Ї …….....12
1.1. Сім'я як соціальна система та її функціонально-рольова структура…….12
1.2. Сутність та особливості адаптаційної кризи в молодій сім'ї…….28
1.3. Психологічні уявлення молодого подружжя про сімейні ролі та функції……39
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДОГО ПОДРУЖЖЯ ПРО ФУНКЦІОНАЛЬНО-РОЛЬОВУ СТРУКТУРУ СІМ'Ї В ПЕРІОД АДАПТАЦІЙНОЇ КРИЗИ…….……51
2.1. Організація та методи дослідження……...……...51
2.2. Аналіз результатів дослідження уявлень молодого подружжя про сімейні ролі та функції……55
2.3. Фактори, що впливають на формування уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї…….……65
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ПОДОЛАННЯ АДАПТАЦІЙНОЇ КРИЗИ В МОЛОДІЙ СІМ'Ї……..74
3.1. Розробка програми психологічної підтримки молодого подружжя……...74
3.2. Оцінка ефективності програми психологічної підтримки у подоланні адаптаційної кризи……82
ВИСНОВКИ……...92
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……..96
ДОДАТКИ……104

ВСТУП

Актуальність теми. У період адаптаційної кризи молода сім’я стикається з низкою викликів, які впливають на її функціонування та здатність до успішного подолання труднощів. Цей період є ключовим у становленні сім’ї як соціального інституту, адже саме в цей час відбувається формування ролей і функцій подружжя, розподіл обов’язків і встановлення моделей взаємодії. Адаптаційна криза супроводжується підвищеним рівнем стресу, зміною життєвих цінностей та очікувань, що може призводити до конфліктів і дезадаптації в шлюбі.

Дослідження функціонально-рольової структури сім’ї в цей період є надзвичайно важливим, особливо в умовах, коли традиційні моделі сім’ї зазнають трансформацій. Значний внесок у вивчення цих питань зробили зарубіжні науковці, такі як Дж. Белскі, У. Бронфенбреннер, Дж. Готтман, Й. Лаві, Д. Г. Олсон, Ф. Волш, які детально аналізували динаміку подружніх конфліктів, рольові очікування та адаптаційні механізми в сім’ях.Серед вітчизняних дослідників варто відзначити праці К. О. Байлюк, О. Й. Бондарчука, Н. В. Борбич, С. М. Бужинської, В. А. Вінс, О. В. Губанової, В. А. Крамченкової, Д. Є. Карпової, Л. О. Котлової, Є. М. Потапчука, Т. Л. Романової, В. В. Століна, Н. А. Уманець, П. С. Устінової, Р. П. Федоренко, І. М. Хоржевської, які досліджували особливості виникнення конфліктів у молодих сім’ях. Однак, попри наявність напрацювань, окремі аспекти, пов’язані з уявленнями молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім’ї, залишаються недостатньо вивченими.

Недостатньо досліджено, як особистісні особливості, життєві цінності та очікування подружжя впливають на гармонійність шлюбних стосунків і розподіл обов’язків. Крім того, бракує інструментів для оцінки впливу цих уявлень на подружні конфлікти, рівень задоволеності шлюбом та адаптацію до нових життєвих обставин. Таким чином, дослідження обраної теми є

актуальним, адже воно сприяє глибшому розумінню процесів адаптації молодого подружжя, дозволяє виявити чинники, що впливають на гармонійність шлюбних стосунків, і розробити ефективні підходи до підтримки сімей. Це має важливе значення для підвищення якості психологічної підтримки молодих сімей, а також для збереження та розвитку стабільного суспільства в цілому.

Об'єкт дослідження – адаптаційна криза в молодій сім'ї як соціально-психологічне явище.

Предмет дослідження – уявлення молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи, а також чинники, що визначають формування цих уявлень та їхній вплив на гармонійність шлюбних стосунків.

Мета дослідження – визначити особливості уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи, та розробити психологічну програму підтримки молодих сімей для подолання кризового періоду.

Для досягнення зазначеної мети, в роботі були поставлені та вирішені наступні завдання:

1. Теоретично обґрунтувати поняття функціонально-рольової структури сім'ї та адаптаційної кризи в молодій сім'ї.

2. Визначити психологічні уявлення молодого подружжя про сімейні ролі та функції в період адаптаційної кризи.

3. Дослідити чинники, які впливають на формування уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї, та їхній вплив на гармонійність шлюбних стосунків.

4. Розробити програму психологічної підтримки молодого подружжя для подолання адаптаційної кризи.

5. Апробувати розроблену програму та оцінити її ефективність у контексті покращення взаємодії подружжя та зміцнення їхніх уявлень про сімейні ролі.

6. Надати рекомендації для психологів щодо використання отриманих результатів і впровадження програми у практичну діяльність.

Гіпотеза дослідженнябазується на припущенні, що уявлення молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи залежать від поєднання особистісних особливостей подружжя, їхніх життєвих цінностей та очікувань. Зокрема, передбачається, що:

1. Наявність гармонійних уявлень про розподіл сімейних ролей і функцій позитивно впливає на задоволеність шлюбом і знижує рівень конфліктності в сім'ї.

2. Соціальні, культурні та економічні фактори впливають на формування уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї.

3. Застосування цілеспрямованої програми психологічної підтримки молодого подружжя сприяє покращенню гармонійності шлюбних стосунків та полегшенню подолання адаптаційної кризи.

Ця гіпотеза формулюється як оптимальне припущення про характер і залежність досліджуваних явищ. Її перевірка включає вивчення теоретичних аспектів, проведення емпіричного дослідження та апробацію розробленої психологічної програми підтримки. У разі підтвердження гіпотези результати дослідження можуть бути використані для вдосконалення практичної роботи психологів із молодими сім'ями. У разі часткового підтвердження гіпотеза стане основою для подальших досліджень, спрямованих на глибше розуміння адаптаційної кризи та функціонально-рольових структур молодих сімей.

Методи дослідження. Для виконання поставлених в роботі завдань використовувався комплекс наступних методів: теоретичні (аналіз, індукція, дедукція, систематизація, конкретизація, групування, абстрагування та узагальнення наукових літературних джерел) – для визначення сутності, особливостей та наслідків адаптаційної кризи в молодій сім'ї, а також для систематизації теоретичних підходів і структурування чинників, що впливають на уявлення подружжя; емпіричні (спостереження, бесіда,

опитування, тестування, анкетування) – дляоцінки уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи; методи математичної статистики (первинна обробка даних, розрахунок елементарних статистик, перевірка статистичних гіпотез) – з метою одержання кількісно-якісних результатів дослідження; порівняльного аналізу (при зіставленні показників у динаміці); графічний (для наочного представлення отриманих результатів) та ін.

Наукова новизна одержаних результатів дослідженняполягає у комплексному аналізі уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи. Особливу увагу приділено визначенню специфічних аспектів формування цих уявлень та обґрунтуванню необхідності застосування комплексної діагностики, яка поєднує якісні та кількісні методи, для глибшого розуміння чинників, що впливають на гармонійність шлюбних відносин.

Практичне значення результатів дослідження. У роботі розроблено та апробовано інноваційну психологічну програму підтримки молодого подружжя, спрямовану на гармонізацію їхніх уявлень про сімейні ролі. Програма включає діагностичні, корекційні та навчальні модулі, які ефективно сприяють зниженню рівня конфліктності та покращенню гармонійності стосунків. Результати експериментальної перевірки підтверджують значущість розробленої програми як інструменту подолання кризових явищ і зміцнення шлюбних відносин.

Надійність і достовірність результатів дослідження. Надійність отриманих результатів забезпечується репрезентативністю вибірки, яка включала 20 молодих подружніх пар із різних соціально-економічних груп, а також використанням валідних та надійних психодіагностичних методик, зокрема анкетування, тестування та інтерв'ювання. Методи математичної статистики дозволили об'єктивно оцінити отримані дані та підтвердити значущість виявлених закономірностей.Достовірність дослідження також забезпечується апробацією розробленої програми підтримки у реальних

умовах роботи центрів соціально-психологічної допомоги, що підтверджується відповідною документацією.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел з 77 найменувань та 6 додатків на 10 сторінках. Загальний обсяг основного тексту – 95 сторінок. Робота містить 16 таблиць та 10 рисунків.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДОГО ПОДРУЖЖЯ ПРО СТРУКТУРУ СІМ'Ї

1.1. Сім'я як соціальна система та її функціонально-рольова структура

Сім'я є однією з найдавніших соціальних інституцій, яка еволюціонувала разом із розвитком суспільства. Вона виникла ще в надрах первісної формації, задовго до появи держав, класів і націй, виконуючи важливу роль у забезпеченні відтворення людського роду, соціалізації та підтримці економічної стабільності.

У табл. 1.1 наведено основні риси сімейно-шлюбних відносин у різні історичні періоди.

Таблиця 1.1

Історичні етапи розвитку сімейно-шлюбних відносин

Період	Основні риси та характеристики
Первісне суспільство	Відсутність інституту шлюбу, проміскуїтет, кровноспоріднені відносини, статеві табу, екзогамія, матріархат, груповий шлюб.
Стародавні цивілізації	Патріархат, парний шлюб, моногамія, релігійне регулювання шлюбу, ендогамні шлюби у Стародавньому Єгипті.
Античність	Домінування моногамії, патріархальні відносини, контроль жінок, вплив держави й релігії, можливість розлучень залежно від соціального статусу.
Середньовіччя	Релігія як регулятор шлюбу, священність союзу, заборона розлучень, підлеглий статус жінок, роль обмежена господарством і народженням дітей.
Новий час	Перехід до ядерної сім'ї, особистісний характер шлюбу, зростання ролі почуттів, ослаблення розширених сімейних зв'язків через урбанізацію й індустріалізацію.
XX століття	Гендерна рівність, збільшення кількості розлучень, цивільні шлюби, менші розміри сімей, закони про рівні права, вплив радянської ідеології на сімейні цінності в Україні.
Сучасність	Глобалізація, зміни гендерних ролей, зростання неповних сімей, цивільні шлюби, підвищення віку вступу в шлюб.

Джерело: складено автором на основі [36, 11]

У первісному суспільстві шлюбно-сімейні відносини регулювалися виключно біологічними потребами. Спочатку існувала форма відносин, яка називалася проміскуїтет – безладні кровноспоріднені статеві зв'язки всередині роду. Цей тип відносин, який не забезпечував стабільності та загрожував фізичному виживанню через генетичні ризики (імбредна депресія), з часом трансформувався під впливом соціальних потреб.

Виникнення статевих табу стало першим кроком до соціального регулювання шлюбних відносин. Заборона на кровноспоріднені зв'язки привела до формування екзогамії – практики шлюбів між представниками різних родів. Екзогамний шлюб заклав основу для групового шлюбу, у якому члени одного роду мали право вступати у статеві відносини з представниками іншого роду. Поступово формувалися вибіркові зв'язки між партнерами, які закріплювалися соціальними нормами[29, 34].

Згодом у первісному суспільстві послідовно складались такі види шлюбно-сімейних відносин як неподільна, сегментарна та індивідуальна сім'ї (рис. 1.1).

Неподільна сім'я	• Група родичів, де жінки та діти належали всім чоловікам групи.
Сегментарна сім'я	• Глава сім'ї мав окремих дружин, а у братів і сестер були спільні подружні партнери.
Індивідуальна сім'я	• Спільність подружніх партнерів була усунена, що сприяло запровадженню полігамії.

Рис. 1.1. Види шлюбно-сімейних відносин первісного суспільства

Джерело: складено автором на основі [54, 12]

З розвитком землеробства і скотарства виникло розуміння приватної власності, що сприяло формуванню парного шлюбу. Дарообмін між чоловіком і жінкою переріс у стабільні господарські зв'язки, а з часом – у

моногамію. Моногамний шлюб, обумовлений економічними умовами, забезпечував передачу спадщини кровним нащадкам, закріплюючи провідну роль чоловіка в сім'ї (патріархат). Поряд із моногамією існували полігамні форми шлюбів: поліандрія (жінка мала кількох чоловіків) і полігінія (чоловік одружувався з кількома жінками). Ці форми й досі практикуються в деяких країнах світу, демонструючи варіативність шлюбних моделей залежно від культурних і соціальних контекстів.

У період становлення стародавніх цивілізацій шлюбно-сімейні відносини зазнали значних змін, пов'язаних із розвитком соціальних і економічних структур. У Стародавньому Вавилоні виникли перші письмові закони про шлюб, зокрема закони Хаммурапі, які закріплювали нерівність подружжя. Моногамія визнавалася нормою, але чоловікам дозволялося мати наложниць, тоді як дружина каралася за невірність. Шлюб часто виступав як економічна угода: чоловік викуповував наречену у її батька. Подібна практика була поширеною і в Давньому Єгипті, де шлюб укладався з політичних або економічних міркувань. Тут були поширені ендогамні шлюби між родичами, що дозволяло зберігати спадкові володіння, державні посади та трон[54, с. 15].

У Стародавній Греції патріархальні відносини набули беззаперечної сили. Шлюб існував виключно заради дітонародження та збереження сімейної власності. Жінки мали підлеглий статус, а подружні стосунки часто ігнорувалися.Грецькі жінки розподілялись на чотири типи (рис. 1.2).



Рис. 1.2. Типологія давньогрецьких жінок

Джерело: складено автором на основі [43, 26]

У Спартітрадиції були більш лояльними: чоловіки дозволяли дружинам статеві зв'язки з іншими чоловіками для народження здорових дітей. Водночас концепція шлюбу в Афінах і Римі зосереджувалася на передачі майна та забезпеченні спадкоємності.

У Римській імперії права чоловіків у шлюбі були безмежними. Відповідно до законів Ромула, жінка після шлюбу ставала частиною власності чоловіка, який мав право розпоряджатися її життям. Шлюб розглядався виключно як інструмент для народження дітей і збереження сімейного майна. Подібні принципи лягли в основу англійського законодавства, яке зберігало переваги для чоловіків навіть у середньовічний період[52, 36].

У ранньому християнстві концепція сім'ї переважно наслідувала іудейські традиції: чоловік залишався головною фігурою, а жінка повинна була йому підкорятися. Роль жінки визначалася через образ Діви Марії, але водночас її сприймали як слабшу та залежну. Таким чином, шлюбно-сімейні відносини в стародавніх цивілізаціях та античності стали основою правових і соціальних норм для майбутніх родинних традицій.

У середньовіччі сім'я стала ключовою економічною та соціальною одиницею, а шлюб набув сакрального значення під впливом християнської церкви. Релігія суворо регламентувала шлюбно-сімейні відносини: церква контролювала укладення та розірвання шлюбів, впроваджуючи принцип моногамії. Жінка залишалася під владою чоловіка, а її роль зводилася до ведення господарства і виховання дітей[3, 9].

Особливості середньовічних шлюбів визначалися як релігійними, так і соціально-економічними чинниками. Вплив північних варварських племен, які принесли свої уявлення про шлюб, створив різноманіття шлюбних традицій. Наприклад, у німецьких племенах практикувався моногамний шлюб із суворою забороною подружньої невірності, тоді як французькі племена були більш толерантними до полігамії. Релігійний погляд на шлюб варіювався від уявлення про нього як про дар Божий і засіб для

дітонародження до визнання шлюбу «необхідним злом», а в монастирях його зовсім уникали (рис. 1.3).

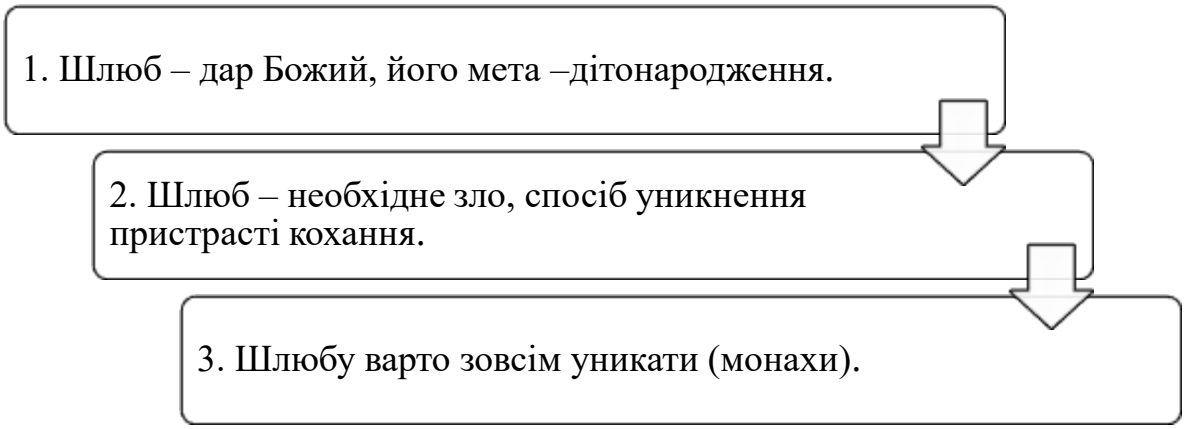


Рис. 1.3. Різновиди середньовічних поглядів на шлюб

Джерело: складено автором на основі [54, 17]

На тлі феодальних відносин шлюб перетворився на соціально-економічну угоду. Для знаті шлюб мав вирішальне значення у збереженні власності, забезпеченні спадкоємців та політичних союзів. Одруження лицарів суворо контролювалося, і вони могли обирати партнерів лише свого соціального кола. Однак подружня вірність у цей час мала радше формальний характер: з одного боку, поширювалися любовні пісні трубадурів, а з іншого – чоловіки та дружини часто мали сторонніх партнерів.

Період Відродження і Реформації приніс значні зміни у шлюбно-сімейні відносини. Зросло значення добровільного союзу між партнерами, поширилися більш ліберальні погляди на шлюб, а жінки вищого світу отримали більше свободи, зокрема у вираженні своєї сексуальності та доступі до освіти. Проте юридичні права все ще залишалися за чоловіками. Шлюби поступово почали укладатися за вибором, заснованим на симпатії та коханні, що стало основою для формування моногамії як домінуючої цінності.

Наприкінці середньовіччя моногамія закріпилася як соціальний і моральний стандарт. Вперше рівність чоловіків і жінок у шлюбі була проголошена під час Французької революції 1793 року, коли були введені

шлюб за взаємною згодою, система розлучень та скасований поділ дітей на законних і незаконних. Ці зміни стали підґрунтям для подальшої еволюції шлюбно-сімейних відносин [43, 14].

У період Нового часу шлюб поступово еволюціонує від суто економічного союзу до більш особистісного. Почуття, індивідуальні вподобання і вибір партнерів на основі симпатії починають відігравати дедалі важливішу роль. Цей перехід зумовлений значними соціальними, економічними та культурними змінами, викликаними урбанізацією, індустріалізацією та розвитком капіталістичних відносин.

Урбанізація сприяла формуванню нового типу сім'ї – ядерної, яка складалася виключно з батьків і дітей. Така сім'я поступово витісняла розширені родини, які включали кілька поколінь і виконували функції колективного господарства. У містах зменшувалася залежність від родинних зв'язків, адже економічна самостійність особистості ставала реальністю завдяки новим формам зайнятості.

Важливим фактором трансформації шлюбно-сімейних відносин став розвиток освіти та поширення ідей гуманізму й Просвітництва. Ідеї рівності, особистої свободи і самореалізації починають проникати в родинні взаємини. У шлюбах усе більше цінується взаємоповага між партнерами, хоча соціальна нерівність між чоловіками і жінками все ще зберігається, особливо в юридичній та економічній сферах [11, 21].

Індустріалізація також змінює розподіл ролей у сім'ї. Чоловіки стають основними годувальниками, працюючи у промисловості, тоді як жінки залишаються вдома, виконуючи функції виховання дітей і ведення домашнього господарства. Проте до кінця Нового часу жінки починають частіше виходити на ринок праці, зокрема внаслідок соціальних потрясінь, як-от війни, які вимагали залучення жінок до економічної діяльності.

XX століття стало епохою кардинальних змін у шлюбно-сімейних відносинах, значною мірою під впливом глобальних соціально-економічних та культурних трансформацій. Розширення прав жінок, активна урбанізація,

економічна незалежність і розширення доступу до освіти сприяли фундаментальній перебудові традиційних сімейних ролей. Жінки поступово отримали право голосу, рівний доступ до роботи та освіти, що підвищило їхній соціальний статус і вплинуло на перерозподіл ролей у сім'ї.

Розлучення перестало бути табуйованим і стало соціально прийнятним явищем, дозволяючи людям розривати шлюбні союзи, які втратили свою функціональність або були позбавлені щастя. Це призвело до зростання кількості розлучень, а також до збільшення кількості цивільних шлюбів, які не реєструвалися офіційно. Люди все частіше обирали партнерство на основі почуттів і взаєморозуміння, а не лише соціального чи економічного тиску.

В Україні на шлюбно-сімейні відносини значно впливала радянська ідеологія. Радянська влада активно пропагувала ідеї гендерної рівності та колективізму, жінки отримали право працювати нарівні з чоловіками, водночас беручи участь у вихованні дітей і виконанні домашніх обов'язків. З одного боку, це підвищило їхню роль у суспільстві, але з іншого – створило подвійне навантаження, що нерідко спричиняло конфлікти і стрес у сім'ях [4, 33].

Державна політика також впливала на формування сімейних цінностей, акцентуючи увагу на колективному вихованні дітей і підтримці робітничого класу. Наприклад, поширеною практикою були дитячі садки та школи-інтернати, які частково брали на себе функцію виховання молодого покоління.

XX століття стало часом швидких змін, коли традиційні уявлення про шлюб і сім'ю поступово відходили в минуле, а на їхнє місце приходили нові моделі, що відповідали запитам модерного суспільства. Ці процеси заклали основу для сучасного розуміння сімейних ролей, партнерства та рівності.

У сучасному світі сім'я залишається важливим соціальним інститутом, однак піддається впливу глобалізації, цифровізації та змін у культурних цінностях. В Україні трансформації стосуються підвищення гендерної рівності, переосмислення ролі батьківства та розширення моделей сім'ї.

Сучасні тенденції сімейного життя охоплюють різноманітні зміни, зокрема зростання кількості громадянських шлюбів і неповних сімей, а також акцент на особистих свободах та індивідуальних виборах у відносинах. Водночас, попри ці трансформації, сім'я в Україні залишається важливим носієм традиційних цінностей, поєднуючи економічну, соціальну та емоційну функції.У табл. 1.2 систематизовано основні тенденції, що впливають на розвиток сімейного інституту в сучасному суспільстві [42, 19].

Таблиця 1.2

Основні тенденції в розвитку сім'ї на сучасному етапі

Тенденція	Характеристика
Альтернативні форми шлюбного союзу	Поширення громадянських і пробних шлюбів, що характеризуються нестабільністю та відсутністю офіційної реєстрації.
Зростання кількості розлучень	Розлучення стали соціально прийнятними, однак призводять до зростання кількості неповних сімей і негативно впливають на дітей.
Територіально розширена сім'я	Молоді сім'ї часто проживають із батьками через фінансову залежність, що створює емоційну напругу та конфлікти.
Зниження рівня народжуваності	Малодітність і свідомий вибір бездітності через економічні та професійні фактори, зростання вартості життя та відсутність підтримки для молодих сімей.
Соціальне сирітство	Зростання кількості дітей, які залишаються без догляду через складні соціально-економічні умови, позбавлення батьківських прав чи передачу виховання державним установам.
Збільшення неповнолітнього батьківства	Поширення підліткового батьківства, що часто призводить до відмови від дітей або їх передачі до державних закладів.
Зростання насильства в сім'ї	Поширення фізичного, психологічного, економічного та сексуального насильства в родинах, що створює атмосферу страху.
Втрата престижу материнства	Свідомий вибір бездітності через прагнення професійної реалізації або фінансові труднощі, що може призводити до особистісної кризи.

Джерело: складено автором на основі [36, с. 15]

Таким чином, сучасні сімейні кризи обумовлені поширенням нестабільних альтернативних форм шлюбів, зростанням кількості розлучень і неповних сімей, а також фінансовою залежністю молодих пар від старшого покоління, що викликає напругу в розширених сім'ях. Водночас зниження народжуваності та зростання соціального сирітства свідчать про вплив економічних труднощів і недостатньої підтримки молодих сімей. Збільшення насильства в сім'ях і втрата престижу материнства підкреслюють необхідність суспільної та державної уваги до трансформацій сімейних цінностей.

Основою створення сім'ї, її початком і ядром є шлюб. Слово «шлюб» походить від давньослов'янського «сьлюб», що означає урочисту обіцянку або домовленість. Це санкціонована суспільством форма взаємин між статями, яка регулює статеві стосунки та забезпечує відтворення населення. Шлюб – це рівноправна спілка чоловіка і жінки, укладена відповідно до закону, яка створює сім'ю та породжує взаємні права й обов'язки. Він водночас «вільний» у виборі та пов'язаний із законом, що зобов'язує дотримуватися його норм. Отже, шлюб можна визначити як історично зумовлену, санкціоновану та регульовану суспільством форму взаємин між чоловіком і жінкою, що визначає їхні права та обов'язки відносно одне одного та дітей [51, 14].

Соціальна сутність шлюбу виявляється через види шлюбних відносин: духовно-психологічні, моральні, економічні та культурні (рис. 1.4).

Усі ці відносини, як і інститут шлюбу в цілому, розвиваються і змінюються разом зі змінами в суспільстві, оскільки шлюб і сім'я детерміновані чинниками соціального й економічного порядку.

1. Духовно-психологічні шлюбні відносини – почуття кохання, спільність духовних інтересів, психологічна сумісність.

2. Моральні шлюбні відносини – дотримування (порушення) подружнього обов'язку, додержання (порушення) вірності, честі, гідності.

3. Економічні шлюбні відносини – виробництво засобів до життя та їх розподіл.

4. Культурні шлюбні відносини – передача та відтворення між поколінних культурних традицій.

Рис. 1.4. Види шлюбних відносин як прояв соціальної сутності шлюбу

Джерело: складено автором на основі [47, 46]

Шлюб є одним із фундаментальних соціальних інститутів, що входить до ключових цінностей особистості в більшості культур. Сучасне суспільство пропонує різноманітні форми шлюбних союзів, які відповідають індивідуальним потребам. До альтернативних типів шлюбу належать: свідома самотність (відмова від шлюбних відносин за власним вибором), цивільний шлюб (без юридичної реєстрації), свідомо бездітний шлюб, відкритий шлюб (допускає зв'язки поза сім'єю), конкубінат (позашлюбний союз із можливістю спільного господарства), свінгерство (спільне проживання кількох партнерів), гостьовий шлюб (роздільне проживання подружжя), гомосексуальний шлюб, а також послідовна полігамія (багаторазові повторні шлюби). Кожна з цих форм має свої особливості, відображаючи трансформації сімейних цінностей [60, 202].

Зміни і перетворення в суспільстві, частиною якого є сім'я, суттєво відбиваються на її житті, викликаючи зміни ролей і позицій у межах родини, ціннісних орієнтацій, норм і способів поведінки, укладу сімейного життя взагалі.Отже, сім'я є джерелом продовження життя нації – фізичного, морального і духовного, джерело її вічності.

На основі шлюбу будується сім’я, яка є первинною соціально-економічною ланкою суспільства, одним із найважливіших її осередків. Як соціальна група сім’я розв’язує завдання, що стосуються як членів родини, так і суспільства в цілому. Саме в цьому полягає її соціальна сутність. Зв’язок сім’ї із суспільством глибокий, міцнийта виявляється в низці ключових аспектів (рис. 1.5).

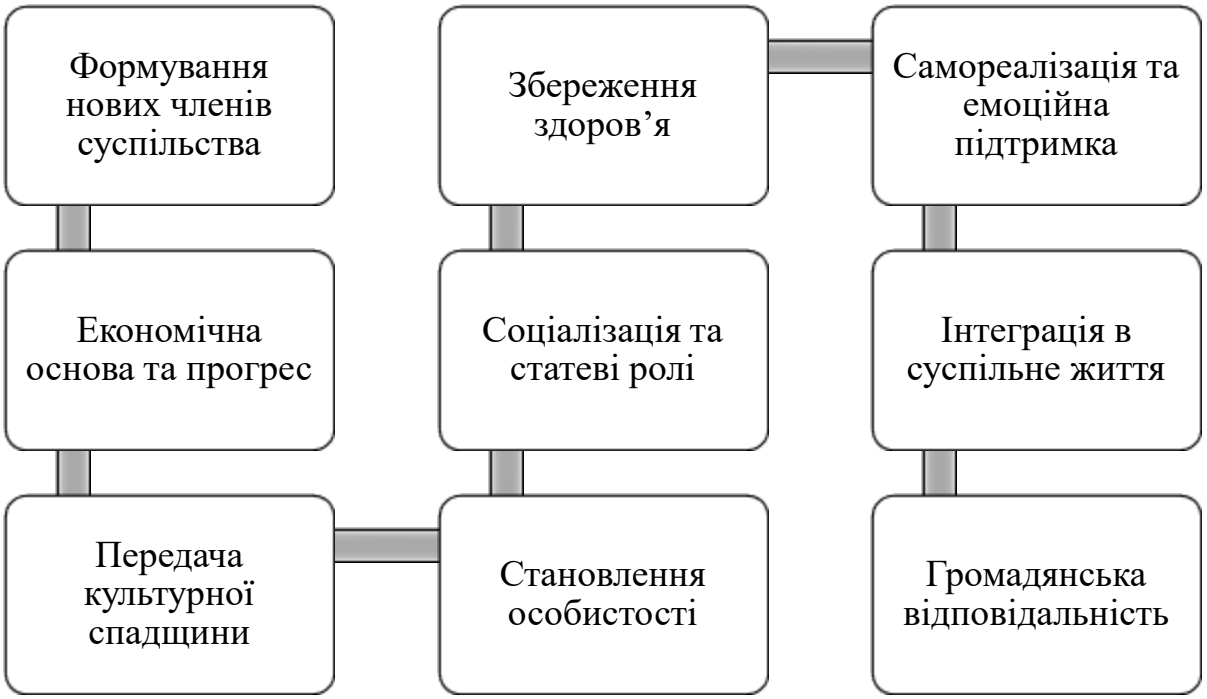


Рис. 1.5. Основні аспекти зв’язку сім’ї з суспільством

Джерело: складено автором на основі [47, 49]

У загальному розумінні сім’я – це мала соціальна група, члени якої пов’язані шлюбними або родинними відносинами, спільністю побуту, взаємною допомогою та моральною відповідальністю. Вона виступає ключовим елементом суспільної структури, виконуючи численні функції, що забезпечують фізичне, моральне та духовне відтворення нації [25, 13].

Окрім загальноприйнятого розуміння, у наукових колах існує багато підходів до трактування сім’ї, що зумовлено багатогранністю її ролей у суспільстві. Наприклад, сучасний етап розвитку соціальних і гуманітарних наук дозволяє виділяти різні підходи до визначення цього явища (табл. 1.3).

Таким чином, багатогранність поняття «сім'я» зумовлює існування різних підходів до його трактування, у сукупності які відображають складність і важливість сім'ї як соціального феномену та її ключову роль у забезпеченні стабільності й розвитку суспільства.

Таблиця 1.3

Наукові підходи до трактування поняття «сім'я»

Підхід	Визначення поняття
Соціологічний підхід	Сім'я – це соціальний інститут, який регулює відносини між її членами через усталені соціальні норми, традиції, звичаї та культурні цінності суспільства.
Психологічний підхід	Сім'я – взаємодія міжособистісних стосунків, що досліджує емоційні зв'язки, конфлікти та їхнє розв'язання.
Економічний підхід	Сім'я – економічна одиниця, яка забезпечує розподіл ресурсів, виробництво благ і підтримку добробуту.
Культурологічний підхід	Сім'я – носій культурних традицій і моральних цінностей, що передає їх від покоління до покоління.
Законодавчий підхід	Сім'я – первинний і основний осередок суспільства, створений на основі шлюбу, кровного споріднення, усиновлення чи інших підстав, що не суперечать законодавству та моральним засадам.
Екологічнийпідхід	Сім'я – частина ширшого соціального контексту, що взаємодіє з різними рівнями впливу: мікро-, мезо-, екзо- та макросередовищем.
Еволюційнийпідхід	Сім'я – засіб забезпечення виживання виду через репродукцію та турботу про нащадків.

Джерело: складено автором на основі [40, 16; 50; 62, 22]

Функціонування сімейної системи регулюється трьома ключовими принципами, які визначають її структуру, динаміку та взаємодію між членами:

– принцип цілісності, що характеризує конструкцію сімейної системи в цілому і її підсистем;

–принцип циркулярності, що характеризує двонаправленність і взаємопов'язаність у взаємодії підсистем (діад, тріад), що функціонують у межах даної сімейної системи;

–принцип причинності вказує на багатофакторність причин і наслідків у сімейній взаємодії [67, 574].

Застосування цих принципів дозволяє зрозуміти природу сімейних взаємин і адаптуватися до викликів, забезпечуючи стабільність та розвиток системи.

У психолого-педагогічній літературі у сімейній системі виділяють традиційні і альтернативні типи моделей сім'ї (рис. 1.6).

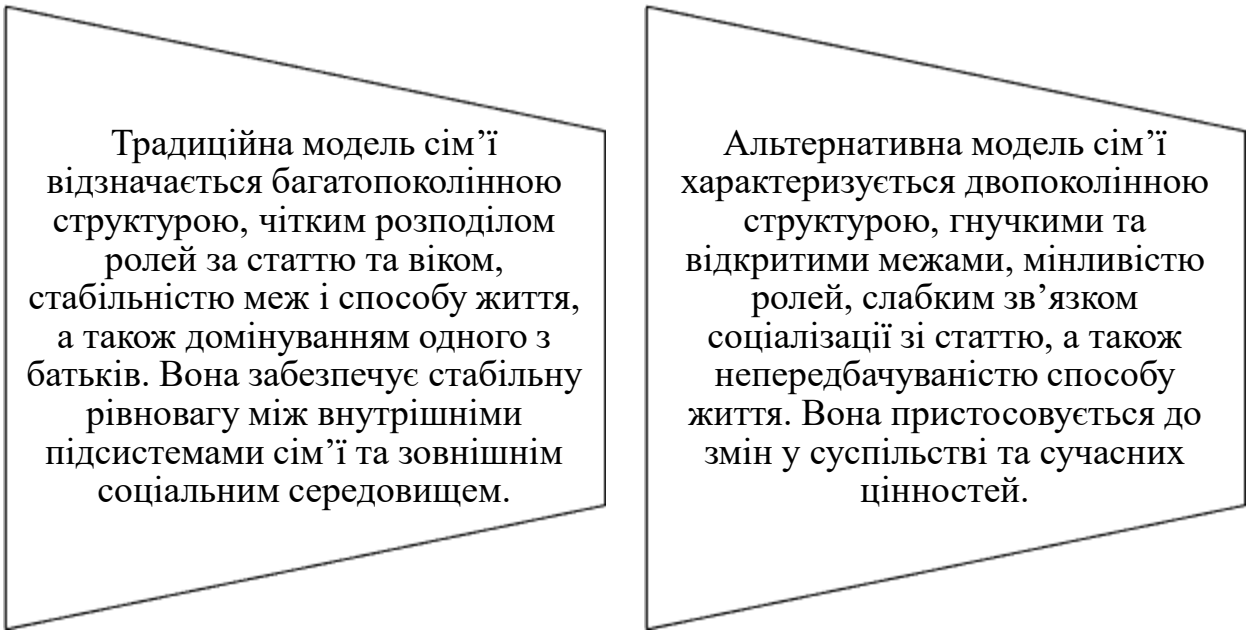


Рис. 1.6. Традиційні та альтернативні моделі сім'ї

Джерело: складено автором на основі [47, 51]

Таким чином, традиційні та альтернативні моделі сім'ї відображають еволюцію сімейних взаємин, адаптацію до соціокультурних змін та різноманітність підходів до організації сімейного життя.

Важливою характеристикою сім'ї є її функціональна структура. Під функціями сім'ї розуміють напрямки її діяльності, які виражають сутність сім'ї, її соціальний статус та соціальну роль.

Виділяють шість основних функцій сім'ї, які забезпечують повноцінне її існування як соціального інституту та соціально-психологічної групи (табл. 1.4).

Таблиця 1.4

Функції сім'ї як соціальної системи

Функція	Характеристика
Репродуктивнафункція	Забезпечує народження та виховання дітей, задоволення потреб у продовженні роду, збереження біологічної та культурної спадщини суспільства.
Виховнафункція	Передає дітям соціокультурні норми, цінності та традиції, забезпечує первинну соціалізацію, формує національну самосвідомість і гуманістичні ідеали.
Господарсько-економічна функція	Забезпечує матеріальні засади існування сім'ї, організацію домашньої праці та споживання.
Комунікативнафункція	Задовольняє потреби сім'ї у спілкуванні, взаєморозумінні, а також потребу подружжя в довгому спільному інтимному житті.
Рекреативна (відновлювальна)функція	Забезпечує умови для зняття стресу, відпочинку, формує емоційно-позитивний клімат, створює атмосферу підтримки та співчуття.
Психотерапевтичнафункція	Забезпечує емоційну підтримку, відчуття захищеності, сприяє формуванню впевненості та стабільності у членів сім'ї.

Джерело: складено автором на основі [18, 20; 46, 271]

Таким чином, сім'я як базовий інститут виконує певні функції, міра виконання яких залежить від культурно-історичних умов її життєдіяльності.

Рольова структура сім'ї є системою організованих взаємин між її членами, що визначає функціональний розподіл обов'язків, відповідальності та взаємодії. Ролі в сім'ї формуються залежно від культурно-історичного контексту, життєвого циклу сім'ї та її соціального становища [41, 192].

У сучасній сімейній системі виділяють такі базові ролі:

1. Роль матеріального забезпечення – відповідає за фінансову стабільність і добробут.

2. Роль вихователя – спрямована на виховання дітей і соціалізацію молодших членів родини.

3. Роль господарника – передбачає організацію побуту й управління домашнім господарством.

4. Роль емоційного партнера – забезпечує психологічну підтримку, любов і взаєморозуміння.

5. Роль організатора дозвілля – сприяє створенню спільних цінностей через спільний відпочинок і культурні практики [2, 757].

Динаміка розподілу ролей залежить від типу сім'ї. У традиційних моделях спостерігається жорсткий статево-рольовий поділ, тоді як у демократичних – гнучкий підхід, адаптований до потреб і можливостей кожного члена сім'ї.

Сім'ї класифікують за кількома критеріями: розподілом ролей, структурою, кількістю дітей, типом проживання та характером сексуальних відносин.

За розподілом ролей відзначають наступні типи сімей:

– традиційна (авторитарна) сім'я, для якої характерні: жорстка ієрархія та підкорення молодших старшим; верховенство одного з подружжя (патріархат або матріархат); чіткий розподіл функцій за статтю та віком;

– егалітарна сім'я, яка відзначається наступним рисами: відсутність домінуючих ролей; неформальна рольова структура, заснована на рівності;

– демократична (партнерська) сім'я, що характеризується рівноправністю у взаєминах подружжя та гнучкістю у розподілі функцій, що відповідає потребам кожного члена родини [22, 49].

За структурою відзначають наступні типи сімей:

– розширена сім'я – включає три й більше поколінь, типова для традиційних суспільств;

– неповна сім'я – відсутній один із батьків через розлучення, смерть або інші обставини;

– нуклеарна сім'я – складається з одного подружжя з дітьми або без дітей;

– змішана сім'я – об'єднує людей різного етнічного чи релігійного

походження.

За кількістю дітей сім'ї поділяють на:

– бездітна сім'я – пара без дітей, що може бути пов'язано з особистим вибором або об'єктивними причинами;

– малодітна сім'я – сім'я з однією або двома дітьми;

–багатодітна сім'я – родина з трьома і більше дітьми.

Залежно від місця проживання, сім'ї поділяють на:

– патрілокальна сім'я – проживає в домі батьків чоловіка;

– матрілокальна сім'я – проживає в домі батьків дружини;

– неолокальна сім'я – проживає окремо від батьків обох подружжя;

– гостьовий шлюб – подружжя живе окремо через професійні чи особисті потреби [38, 173].

За характером сексуальних відносин сім'ї бувають:

– гетеросексуальні сім'ї – засновані на традиційних статевих відносинах;

– гомосексуальні сім'ї – включають одностатеві подружні союзи;

– відкриті сім'ї – подружжя дозволяє позашлюбні стосунки[43, с. 29].

Таким чином, сім'я виступає фундаментальним соціальним інститутом, який забезпечує відтворення суспільства, передання культурних цінностей і підтримку економічної стабільності. Її еволюція відображає вплив історичних, економічних і культурних змін, які формували різні типи сімейних моделей. Традиційні та сучасні сімейні структури, засновані на розподілі ролей, місці проживання, кількості дітей і характері взаємин, відображають різноманітність соціальних контекстів і потреб. Водночас, попри ці зміни, сім'я залишається ключовою одиницею соціальної взаємодії, що адаптується до нових викликів. Її роль у формуванні гармонійного суспільства залежить від балансу між традиціями та інноваціями, а також від підтримки соціальних інститутів і держави. У контексті глобалізації сім'я зберігає свою унікальність як носій як індивідуальних, так і колективних цінностей.

1.2. Сутність та особливості адаптаційної кризи в молодій сім'ї

Адаптаційна криза є невід'ємною частиною життєвого циклу молодої сім'ї, що виникає у період первинного пристосування подружжя до нових соціальних ролей, взаємодії та обов'язків. У перші роки шлюбу молода сім'я стикається із широким спектром викликів, які зумовлені зміною статусу, інтеграцією життєвих цінностей і потреб, а також розвитком міжособистісних відносин. Аналіз адаптаційної кризи є важливим для розуміння природи сімейних конфліктів, їх впливу на стійкість шлюбного союзу та розробки психологічних стратегій підтримки молодих пар [65, 284].

Адаптаційна криза в молодій сім'ї – це психологічний, соціальний і фізіологічний процес, який характеризується зміною способу життя та інтеграцією індивідуальних потреб партнерів у межах спільного побуту. Цей період супроводжуєтьсянизкою особливостей (рис. 1.7).



Рис. 1.7. Особливості адаптаційної кризи в молодій сім'ї

Джерело: складено автором на основі [28, 86]

Основними характеристиками цього періоду є:

1. Формування нових соціальних ролей, оскільки у шлюбі чоловік і дружина стикаються з необхідністю прийняття нових функцій і ролей, таких як забезпечення матеріального добробуту сім'ї, управління домашнім господарством, виховання дітей, а також емоційна підтримка одне одного. Часто ці ролі не розподіляються автоматично, що може призводити до

напруги та конфліктів через невизначеність обов'язків, особливо якщо у подружжя відсутній попередній досвід вирішення таких питань [72, 216].

2. Конфлікт очікувань, який виникає через невідповідність між очікуваннями партнерів щодо сімейного життя та реальністю. У багатьох випадках уявлення подружжя про шлюб формуються на основі власного досвіду або соціальних стереотипів, які не завжди відповідають дійсності. Це розходження може провокувати розчарування, нерозуміння та навіть емоційний стрес, якщо партнери не готові обговорювати та вирішувати ці протиріччя.

3. Зміна рівня автономії, адже шлюб потребує від подружжя значного рівня співпраці та спільного прийняття рішень. Партнери змушені адаптуватися до нових умов, що нерідко супроводжується втручанням у звичний ритм життя та зменшенням особистої свободи. Цей аспект стає особливо чутливим для тих, хто звик до незалежності, що може викликати психологічний дискомфорт і потребу у переосмисленні власної автономії [44, 702].

4. Соціальна ізоляція, яка пов'язана зі зменшенням кількості контактів із друзями та родичами через зосередженість на побудові нових сімейних відносин. Для багатьох молодих пар це стає справжнім викликом, оскільки такі зміни нерідко сприймаються як втрата соціальної підтримки. Особливо це стосується сімей, які проживають у віддалених від родичів чи друзів місцях, де відсутні звичні канали комунікації.

5. Емоційні виклики, які проявляються через необхідність вирішення конфліктних ситуацій, пов'язаних із побутовими питаннями, фінансовими труднощами або розбіжностями у світогляді. У таких умовах партнери повинні знаходити компроміси, навчаючись відкритому спілкуванню та взаємній підтримці. Якщо цього не відбувається, стрес може накопичуватися, що негативно впливає на емоційний стан подружжя [43, 62].

Таким чином, адаптаційна криза молодої сім'ї є важливим етапом у її розвитку, оскільки допомагає партнерам краще зрозуміти одне одного, визначити спільні цінності та побудувати гармонійні стосунки. Успішне подолання цього періоду залежить від здатності подружжя до відкритого спілкування, готовності до компромісів та спільного вирішення проблем.

У табл. 1.5 представлено основні аспекти адаптаційної кризи та їхні прояви, які найчастіше спостерігаються у молодих сім'ях.

Таблиця 1.5

Прояви адаптаційної кризи в молодій сім'ї

Аспект кризи	Прояви
Психологічний	Стрес, тривожність, емоційна нестабільність, відчуття самотності
Емоційний	Ревнощі, зниження рівня задоволення відносинами, конфліктність
Соціальний	Зміна кола спілкування, соціальна ізоляція
Матеріально-економічний	Проблеми з фінансовою стабільністю, конфлікти щодо витрат
Комунікативний	Нерозуміння, низький рівень ефективності спілкування
Фізіологічний	Підвищена втомлюваність, соматичні прояви стресу

Джерело: складено автором на основі [55, 303]

Адаптаційна криза в молодій сім'ї має багатовимірний характер і впливає на різні аспекти життя подружжя, зокрема:

1. Психологічний аспект – характеризується високим рівнем стресу через адаптацію до нових обов'язків і відповідальності. Тривожність може виникати через невизначеність майбутнього, а емоційна нестабільність – бути наслідком внутрішніх конфліктів чи нерозуміння між партнерами. Відчуття самотності часто пов'язане зі зміною звичного способу життя та зниженням кількості контактів із друзями чи родичами.

2. Емоційний аспект – супроводжується вразливістю емоційної сфери подружжя у період кризи. Ревнощі можуть з'являтися через нестачу уваги чи побоювання втрати партнера. Нерідко спостерігається зниження рівня задоволення відносинами через нереалізовані очікування або накопичення емоційної напруги. Конфліктність посилюється через труднощі у вираженні

емоцій, що може призводити до емоційного дистанціювання та послаблення інтимного зв'язку між партнерами [70, 963].

3. Соціальний аспект – проявляється зміною кола спілкування та можливою соціальною ізоляцією. Молоді пари часто стикаються зі зменшенням інтенсивності контактів із друзями через переорієнтацію на шлюб і нові обов'язки. Це може створювати відчуття втрати соціальної підтримки, особливо якщо відносини з друзями чи родичами не підтримуються на належному рівні. Відсутність звичного соціального оточення ускладнює процес адаптації та може викликати почуття ізольованості, що посилює загальне напруження у шлюбі.

4. Матеріально-економічний аспект – часто пов'язаний із фінансовими труднощами, які стають джерелом конфліктів. Молода сім'я нерідко стикається з нестачею коштів через необхідність облаштування побуту та покриття нових витрат, які перевищують доступні ресурси. Це може посилювати почуття несправедливості чи незадоволення, особливо якщо у подружжя різні підходи до фінансового планування. Розподіл фінансових обов'язків і визначення пріоритетів витрат нерідко викликає напругу, що впливає на загальну атмосферу у відносинах [5, 49].

5. Комунікативний аспект – характеризується труднощами у спілкуванні через нерозуміння або невміння відкрито обговорювати проблеми. Молоді сім'ї часто стикаються з бар'єрами у спілкуванні, що виникають через різні стилі комунікації або брак досвіду у вирішенні конфліктів. Партнери можуть уникати обговорення гострих питань, що призводить до накопичення негативних емоцій і посилення відчуженості. Відсутність відкритого діалогу перешкоджає конструктивному вирішенню проблем і поглиблює конфлікти, що може суттєво вплинути на якість подружніх відносин.

6. Фізіологічний аспект – проявляється у вигляді підвищеної втомлюваності, безсоння, соматичних симптомів стресу чи інших фізіологічних проявів напруги. Постійна адаптаційна напруга виснажує

організм, що може погіршувати загальне самопочуття подружжя та їхню здатність до взаємопідтримки. Часто фізіологічні симптоми стресу, такі як головний біль, погіршення травлення або зниження імунітету, стають видимим проявом психологічних труднощів. Це ускладнює вирішення проблем, оскільки фізичне виснаження знижує здатність партнерів до ефективного спілкування та прийняття рішень [10, 78].

Таким чином, адаптаційна криза в молодій сім'ї є багатогранним явищем, яке впливає на психологічний, емоційний, соціальний, матеріально-економічний, комунікативний і фізіологічний аспекти життя подружжя. Її подолання залежить від здатності партнерів ефективно адаптуватися до змін, знаходити компроміси та підтримувати взаєморозуміння.

Адаптаційна криза розвивається поступовота проходить через кілька етапів (рис. 1.8):

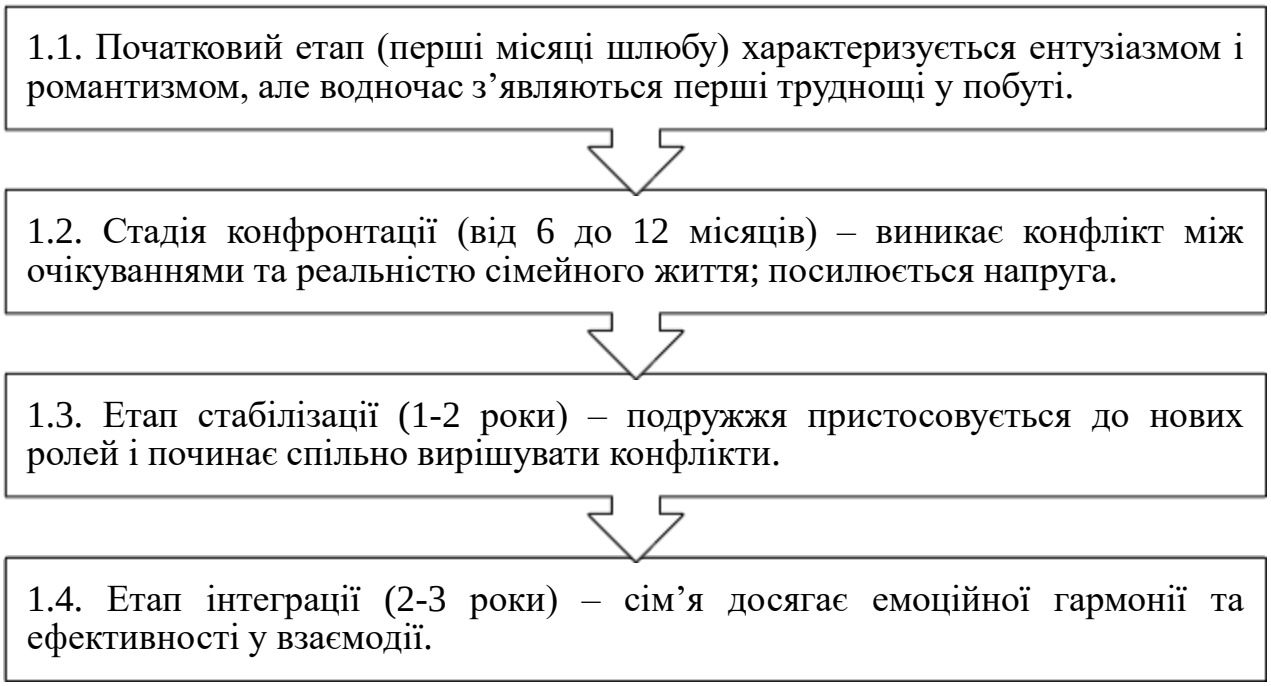


Рис. 1.8. Етапи адаптаційної кризи в молодій сім'ї

Джерело: складено автором на основі [26, 178]

1. Початковий етап (перші місяці шлюбу). Цей період зазвичай наповнений романтичними очікуваннями та ентузіазмом щодо спільного майбутнього. Молоде подружжя концентрується на облаштуванні спільного

побуту, створенні затишного сімейного середовища, що часто супроводжується яскравими позитивними емоціями. Водночас, це період перших випробувань, коли партнери зіштовхуються з реаліями повсякденного життя, такими як розподіл обов'язків, фінансові питання та різниця у звичках. Ці виклики можуть бути непомітними на початку, але поступово формують основу для майбутніх конфліктів, якщо не знаходити спільних рішень.

2. Стадія конфронтації (від 6 до 12 місяців).Цей етап характеризується розчаруванням, яке виникає через розбіжності між романтичними очікуваннями та реаліями подружнього життя. Партнери починають усвідомлювати недоліки одне одного, що раніше могли ігнорувати або не помічати. З'являються перші серйозні конфлікти, пов'язані з різницею у поглядах, стилі життя або підходах до вирішення побутових питань. Психологічна напруга зростає через накопичення невирішених питань, а невміння ефективно спілкуватися погіршує ситуацію. Цей період часто є переломним для молодих сімей: або починається процес конструктивного вирішення проблем, або відбувається емоційне віддалення між партнерами [61, 37].

3. Етап стабілізації (1-2 роки).Поступово партнери починають адаптуватися до нових сімейних ролей і відповідальності. Після періоду конфронтації подружжя зазвичай починає більше спілкуватися, шукати компроміси та ефективніше вирішувати конфліктні ситуації. Виникає певний баланс у розподілі обов'язків і визначенні сімейних цінностей. Цей період є важливим для формування довіри між партнерами, що закладає основу для більш гармонійного співіснування. Попри те, що деякі проблеми можуть залишатися нерозв'язаними, здатність працювати над ними разом стає ключовим досягненням цього етапу.

4. Етап інтеграції (2-3 роки).На цьому етапі подружжя досягає високого рівня емоційної гармонії та ефективності у взаємодії. Партнери починають краще розуміти потреби одне одного, проявляють більшу емпатію та

підтримку. Відносини стають більш стабільними, а сім'я починає функціонувати як єдина система, де кожен член має свою роль. Цей період часто супроводжується підвищенням рівня задоволення шлюбом, а також здатністю ефективно справлятися з новими викликами, такими як народження дітей чи зміна соціального статусу. Інтеграція в сімейних відносинах означає досягнення партнерства, де обидві сторони вносять рівний вклад у розвиток сім'ї [13, 64].

На розвиток адаптаційної кризи впливають різноманітні фактори, які охоплюють як внутрішні особливості партнерів, так і зовнішні обставини, що формують контекст їхнього спільного життя. Ці чинники визначають не лише інтенсивність кризи, але й здатність подружжя її долати. Серед основних груп таких факторів варто виділити:

1. Індивідуальні особливості – включають характерологічні риси партнерів, рівень їхньої емоційної зрілості та здатності до самоконтролю. Наприклад, люди з високим рівнем емоційної інтелігентності легше справляються зі стресовими ситуаціями, адже вони здатні краще розуміти себе та партнера. Особистісні риси, такі як терпимість, стійкість до стресу та готовність до компромісів, також суттєво впливають на процес адаптації.

2. Соціальні умови – відіграють ключову роль у створенні підтримуючого середовища для молодої сім'ї. Рівень підтримки з боку родичів і друзів, взаємодія з соціальними інститутами, а також суспільні очікування можуть як допомагати, так і ускладнювати адаптаційний процес. Наприклад, надмірний тиск з боку батьків або родичів щодо життєвих рішень може викликати напругу між подружжям [63, 558].

3. Матеріальне становище – охоплює фінансову незалежність подружжя, доступність житла та стабільність доходів. Молоді сім'ї, які стикаються з матеріальними труднощами, нерідко переживають значні виклики у процесі спільного життя, оскільки фінансові проблеми можуть стати джерелом постійних конфліктів.

4. Особливості спільного проживання – включають організацію побуту, розподіл обов'язків і інтеграцію особистого простору кожного партнера. Невизначеність у цих аспектах може призводити до постійних суперечок, особливо якщо очікування партнерів щодо побутових ролей кардинально відрізняються [27, 393].

У таблиці 1.6 систематизовано основні чинники адаптаційної кризи.

Таблиця 1.6

Фактори, що впливають на адаптаційну кризу в молодій сім'ї

Тип фактора	Характеристика	Приклади
Індивідуальні особливості	Особистісні риси партнерів, їхня емоційна зрілість, готовність до компромісів.	Терпимість, стійкість до стресу, рівень емоційної інтелектуальності.
Соціальні умови	Підтримка з боку родичів і друзів, вплив суспільних очікувань та взаємодія з соціальними інститутами.	Надмірний тиск з боку батьків, відсутність підтримки, суспільний осуд певних рішень молодої сім'ї.
Матеріальне становище	Рівень фінансової стабільності, наявність власного житла, управління сімейним бюджетом.	Фінансова залежність від родичів, нестабільний дохід, високі витрати на побут.
Особливості спільного проживання	Організація побуту, інтеграція особистого простору, встановлення меж і розподіл обов'язків між партнерами.	Конфлікти через нерівний розподіл ролей, невизначеність у веденні домашніх справ, брак особистого простору.

Джерело: складено автором на основі [73, 327]

Таким чином, фактори, що впливають на адаптаційну кризу, є багатогранними і взаємопов'язаними. Їх аналіз дає змогу краще зрозуміти природу кризи, що допомагає у розробці ефективних стратегій для її подолання.

Сучасні молоді сім'ї стикаються з унікальними викликами, зумовленими змінами у суспільстві, технологічним прогресом і трансформацією сімейних цінностей. Ці фактори суттєво впливають на характер адаптаційної кризи та визначають її особливості [39, 361].

По-перше, сучасне суспільство активно відходить від традиційного поділу обов'язків між чоловіком і жінкою, коли чоловік виконував функцію основного годувальника, а жінка займалася домашнім господарством і вихованням дітей. Економічна незалежність жінок дає їм більше свободи у прийнятті рішень, проте нерідко викликає труднощі у встановленні рівноваги між кар'єрою та сімейними обов'язками. Зміна гендерних ролей часто призводить до необхідності перерозподілу побутових обов'язків і переосмислення ролей у шлюбі, що може стати джерелом напруги та конфліктів.

По-друге, інтенсивне використання соціальних мереж і цифрових технологій значно впливає на спілкування між подружжям. З одного боку, технології полегшують взаємодію, навіть на відстані, але з іншого – можуть спричиняти конфлікти через надмірну присутність у віртуальному просторі. Часто саме соціальні мережі стають причиною ревнощів, непорозумінь або порушення особистого простору партнера. Надмірне використання гаджетів також знижує якість спілкування між подружжям, замінюючи живий діалог цифровими повідомленнями.

По-третє, все більше молодих пар обирають жити разом без офіційного оформлення стосунків. Хоча така форма співжиття може здаватися більш гнучкою, відсутність юридичної та соціальної стабільності нерідко стає причиною невпевненості у відносинах. Відсутність офіційного шлюбу може сприяти відчуттю нестабільності, що посилює емоційний стрес, особливо під час вирішення важливих питань, таких як спільне майно чи виховання дітей. Крім того, соціальний тиск або нерозуміння з боку родичів часто ускладнюють адаптаційний період [32, 267].

Таким чином, адаптаційна криза в сучасних умовах відображає нові реалії, пов'язані зі зміною ролей у сім'ї, цифровими трансформаціями та новими формами співжиття.

Наслідки адаптаційної кризи в молодій сім’їможуть бути як позитивними, так і негативними, залежно від рівня готовності партнерів до подолання труднощів та їхньої здатності знаходити компроміси. У науковій літературі виділяють два основних типи наслідків: позитивні, які сприяють розвитку сімейних стосунків, та негативні, що можуть призводити до серйозних деструктивних наслідків для подружжя.

Серед позитивних наслідків адаптаційної кризи варто виокремити:

1. Поглиблення емоційного зв’язку.Спільне подолання труднощів дозволяє партнерам краще зрозуміти одне одного, формуючи довіру та підтримку. У таких умовах зміцнюється емоційний зв’язок, який є основою стабільних та гармонійних стосунків. Це створює сприятливий ґрунт для розвитку глибокого взаєморозуміння та готовності спільно вирішувати будь-які майбутні виклики.

2. Розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктів.Адаптаційна криза стимулює розвиток здатності до відкритого спілкування та взаємного вислуховування. У подружжя формується навичка аналізу конфліктних ситуацій і пошуку компромісів, що допомагає уникати напруги в майбутньому. Техніки активного слухання, розвинуті в цей період, стають основою для довгострокового порозуміння та емоційної підтримки [31, 199].

Серед негативних наслідків адаптаційної кризи виділяють:

1. Хронічні конфлікти.Нездатність ефективно вирішувати проблеми може спричинити накопичення взаємних образ і відчуження. Часті сварки призводять до емоційного виснаження обох партнерів, підвищують рівень стресу та погіршують якість відносин. У тривалому періоді це може перерости у постійну напруженість, що унеможливлює конструктивний діалог.

2. Розірвання шлюбу.Якщо криза залишається нерозв’язаною, партнери можуть втратити мотивацію для збереження відносин. Постійні суперечки, відсутність підтримки та небажання працювати над стосунками стають

основними чинниками розлучення. Небажання звертатися до сімейних психологів або ігнорування проблем лише поглиблюють кризу, підштовхуючи до розриву [26, 179].

Таким чином, адаптаційна криза може стати як основою для зміцнення стосунків, так і призвести до їх руйнування. Її наслідки залежать від готовності партнерів до співпраці, розвитку взаєморозуміння та своєчасного вирішення конфліктів.

Ефективне подолання адаптаційної кризи в молодій сім'ї вимагає системного підходу, орієнтованого на зменшення напруги у стосунках та побудову гармонійного партнерства. Реалізація стратегій має включати емоційну підтримку, розв'язання побутових питань і розвиток навичок спільного вирішення проблем. Основні підходи до подолання кризи охоплюють:

1. Розвиток навичок комунікації.Ефективне спілкування є основою міцних стосунків. Партнери повинні навчитися відкрито обговорювати свої потреби, висловлювати емоції без страху осуду, а також активно слухати один одного. Це включає використання технік активного слухання, запобігання звинуваченням і зосередженість на вирішенні проблеми, а не на емоційному тиску. Поліпшення комунікації знижує ризик виникнення непорозумінь і допомагає створити атмосферу довіри у стосунках.

2. Розподіл обов'язків у сім'ї.Однією з частих причин напруги є нерівномірне навантаження у побутових і фінансових аспектах. Важливо, щоб подружжя спільно визначило ролі й зони відповідальності у сімейному житті. Це допомагає уникнути почуття несправедливості та забезпечує ефективну організацію побуту. Чіткий і справедливий розподіл обов'язків сприяє зміцненню партнерських відносин і знижує ризик конфліктів[66, с. 4].

3. Пошук компромісів.Уміння знаходити спільне рішення у конфліктних ситуаціях є ключем до уникнення ескалації проблем. Це передбачає здатність враховувати потреби обох партнерів і знаходити варіанти, які влаштовують обох. Компроміси сприяють розвитку взаємоповаги і демонструють

готовність кожного партнера працювати над відносинами. У довгостроковій перспективі це формує основу для стабільності та гармонії у шлюбі.

4. Звернення до фахівців.У разі значних труднощів або неможливості самостійно подолати кризу, варто звертатися до сімейного психолога. Фахівець допоможе ідентифікувати основні проблеми, навчити ефективним технікам спілкування та розв'язання конфліктів, а також створити індивідуальний план виходу з кризи. Професійна підтримка дозволяє запобігти руйнівним наслідкам та зберегти відносини [68, 52].

Таким чином, адаптаційна криза є природним етапом у становленні молодої сім'ї. Вона може як сприяти зміцненню стосунків, так і становити серйозну загрозу для їх стабільності. Успішне подолання цього періоду залежить від здатності партнерів до спільного вирішення проблем та використання ефективних стратегій співпраці.

1.3. Психологічні уявлення молодого подружжя про сімейні ролі та функції

Сімейні ролі та функції – це ключові аспекти взаємодії подружжя, що формують структуру сімейного життя та визначають його гармонійність і стабільність. Уявлення молодого подружжя про ці аспекти мають суттєве значення для адаптації до сімейного життя та ефективного вирішення побутових і емоційних питань. Ці уявлення формуються під впливом особистого досвіду, культурних норм, суспільних стереотипів і гендерних очікувань [49, 31].

Згідно з теорією соціальних ролей, кожен член сім'ї виконує певні функції, які забезпечують її нормальне функціонування як соціальної системи. Ці ролі включають як офіційно визнані обов'язки, наприклад, забезпечення матеріальних ресурсів чи виховання дітей, так і неформальні функції, такі як емоційна підтримка чи організація спільного дозвілля. Розподіл ролей є динамічним процесом, який залежить від культурно-

історичного контексту, рівня емоційної зрілості подружжя, їхнього досвіду та готовності до співпраці. Також на цей процес впливають соціальні умови життя, зокрема економічні фактори, рівень освіченості та очікування суспільства щодо сімейних взаємин. Розуміння та прийняття ролей є важливими аспектами, які визначають стабільність сім'їта її здатність адаптуватися до викликів сучасного суспільства [56, 190].

Рольові очікування подружжя формуються під впливом кількох ключових джерел, які відображають багатогранність соціальних, культурних і особистісних чинників, що визначають поведінку партнерів у сім'ї:

1. Сімейний досвід. Уявлення про те, як мають розподілятися ролі в сім'ї, значною мірою залежать від моделі сімейних стосунків, яку молодята спостерігали у власних родинах. Цей досвід закладає основу для формування стійких переконань про те, що вважається «нормальним» у сімейному житті. Наприклад, традиційний розподіл ролей, де чоловік виступає основним годувальником, а жінка – вихователькою дітей і організатором побуту, часто транслюється на новостворену сім'ю, навіть якщо соціальні умови вже не відповідають цій моделі. Водночас, якщо батьківська родина демонструвала рівноправність у розподілі обов'язків, це також може позитивно вплинути на формування партнерських взаємин у молодому шлюбі.

2. Культурні норми та стереотипи. Соціальні уявлення про гендерні ролі значною мірою визначають очікування партнерів щодо розподілу обов'язків у сім'ї. У традиційних суспільствах норми залишаються стабільними, і будь-яке відхилення від них може викликати осуд або нерозуміння. Однак у сучасних умовах, зокрема під впливом глобалізації, феміністичних рухів і зростання рівня освіти, відбувається поступова зміна традиційних стереотипів. Це створює потребу в перегляді очікувань і адаптації до нових реалій, таких як кар'єрна рівність, активна участь батьків у вихованні дітей та спільне вирішення побутових питань. Проте розрив між традиційними і сучасними цінностями нерідко стає джерелом конфліктів, особливо у випадках, коли партнери виросли в різних культурних середовищах [21, 10].

3. Особистісні риси. Характерологічні особливості подружжя також відіграють ключову роль у формуванні уявлень про ролі та розподіл обов'язків у сім'ї. Наприклад, рівень емоційного інтелекту впливає на здатність партнерів розуміти та враховувати емоційні потреби одне одного, що сприяє створенню гармонійного сімейного середовища. Готовність брати на себе відповідальність, рівень стресостійкості, здатність до співпраці та адаптивність визначають, наскільки успішно подружжя зможе домовлятися про розподіл обов'язків. Інтровертовані особистості можуть віддавати перевагу більш автономній ролі в сім'ї, тоді як екстраверти зазвичай прагнуть до активної взаємодії, що впливає на стиль сімейних стосунків. Крім того, рівень самосвідомості партнерів визначає їхню здатність аналізувати свої потреби та поведінку, що допомагає уникати конфліктів. Також важливу роль відіграє рівень толерантності до невизначеності: гнучкі партнери легше пристосовуються до змін у житті, ніж ті, хто має схильність до фіксованих уявлень про рольові очікування [8, 107].

У табл. 1.7 систематизовано основні фактори, що впливають на формування уявлень про сімейні ролі.

Таблиця 1.7

Фактори формування уявлень про сімейні ролі

Тип фактора	Характеристика	Приклади
Сімейний досвід	Уявлення, сформовані на основі спостереження родинних відносин у батьківській сім'ї. Особливо важливою є модель поведінки батьків, яка впливає на формування очікувань молодих подружжів щодо розподілу ролей. Сприйняття нормального сімейного життя закладається ще у дитинстві.	Роль матері як вихователькі, роль батька як годувальника, розподіл побутових обов'язків між батьками.
Культурні норми	Гендерні стереотипи, соціальні очікування, національні традиції та культурні впливи. Ці норми закладають шаблони поведінки та уявлення про обов'язки, які нерідко стають джерелом конфліктів, якщо партнери мають різні погляди.	Чоловік – лідер, жінка – хранителька домашнього вогнища, обов'язковість шлюбу в молодому віці.

Продовження таблиці 1.7

Особистісні риси	Характерологічні особливості, рівень відповідальності, емоційна зрілість, адаптивність до змін. Риси характеру визначають стиль взаємодії, готовність до компромісів і здатність враховувати потреби партнера. Рівень емоційного інтелекту суттєво впливає на гармонійність стосунків у сім'ї.	Лідерські якості, схильність до співпраці, терпимість, стресостійкість, рівень емоційного інтелекту.

Джерело: складено автором на основі [33, 18]

Таким чином, рольові очікування формуються на перетині особистісного досвіду, культурних норм і характерологічних особливостей, визначаючи унікальний стиль взаємодії кожної пари. Ефективне спілкування та готовність до адаптації є ключовими чинниками, що дозволяють подружжю уникати конфліктів і будувати гармонійні відносини, засновані на взаєморозумінні та підтримці.

Сімейні ролі є основою ефективного функціонування сім'ї як соціального інституту, забезпечуючи гармонію у взаємодії між її членами. Кожен член сім'ї виконує специфічні функції, які формуються під впливом соціокультурного контексту, особистісних характеристик і сімейного досвіду. Розподіл ролей значною мірою залежить від рівня взаєморозуміння, здатності до співпраці та готовності враховувати потреби одне одного. Відповідно до їхньої спрямованості, сімейні ролі можна класифікувати на кілька категорій.

1. Ролі забезпечення – орієнтовані на створення матеріальних і побутових умов для функціонування сім'ї:

– матеріальне забезпечення. Роль годувальника традиційно асоціювалася із чоловіком, який відповідав за фінансову стабільність сім'ї. Проте сучасні соціальні реалії внесли суттєві зміни, і жінки дедалі частіше беруть на себе частину цієї функції. У сім'ях з рівноправним розподілом обов'язків обидва партнери вносять свій вклад у фінансове забезпечення;

– господарське забезпечення. Організація побуту є важливою складовою сімейного життя. Ця роль включає управління домашніми

справами, розподіл обов'язків між членами сім'ї та ефективне використання сімейних ресурсів. Залежно від моделей взаємин, побутові обов'язки можуть виконуватись спільно або закріплюватись за одним із партнерів [16, 132].

2. Емоційні ролі – спрямовані на підтримання психологічного комфорту та гармонії у відносинах:

– психологічна підтримка. Ця роль є ключовою у формуванні здорового сімейного клімату. Вона передбачає вміння вислухати, надати емоційну підтримку, створити атмосферу довіри та взаєморозуміння. Високий рівень емоційного інтелекту партнерів дозволяє краще виконувати цю функцію, знижуючи рівень конфліктності у сім'ї;

– виховання дітей. Соціалізація молодшого покоління є фундаментальною функцією сім'ї. У межах цієї ролі члени родини беруть участь у формуванні цінностей, моральних принципів та поведінкових моделей дітей. Роль вихователя зазвичай виконується обома партнерами, але її розподіл може залежати від особистісних характеристик і зайнятості кожного з них [48, 148].

3. Ролі організації сімейного часу – спрямовані на забезпечення якісного спільного проведення часу, що сприяє зміцненню сімейних зв'язків:

– організатор дозвілля. Планування спільного відпочинку, організація сімейних свят і проведення вихідних є важливими елементами цієї ролі. Вона передбачає творчий підхід до організації вільного часу, врахування інтересів усіх членів сім'ї та створення позитивних емоційних спогадів;

– культурний розвиток. Залучення сім'ї до освітніх, культурних та соціальних заходів сприяє формуванню спільних цінностей. Ця роль передбачає ініціативність у виборі культурних програм, походів до театрів, музеїв чи організації інших освітніх активностей [75, 627].

Уявлення про сімейні ролі залежать від низки чинників, серед яких слід виділити культурний контекст, особистісні характеристики партнерів і їхній сімейний досвід. Традиційні моделі розподілу ролей зазнають трансформацій у сучасному суспільстві, що створює нові виклики для адаптації подружжя до

умов спільного життя. У таблиці 1.8 представлено класифікацію сімейних ролей залежно від їхніх функцій.

Таблиця 1.8

Класифікація сімейних ролей залежно від їхніх функцій

Категорія ролей	Функція	Приклади
Ролі забезпечення	Створення матеріальних і побутових умов для сімейного життя.	Матеріальне забезпечення (регулярне фінансування потреб сім'ї), управління ресурсами (складання бюджету, контроль витрат), організація побуту.
Емоційні ролі	Забезпечення психологічного комфорту, виховання дітей, підтримка взаєморозуміння.	Психологічна підтримка (вислуховування, співчуття, емоційна допомога), соціалізація дітей, формування моральних принципів (виховання етичних і духовних цінностей).
Ролі організації сімейного часу	Організація спільного відпочинку, культурного розвитку і дозвілля.	Планування свят, культурні активності (відвідування музеїв, театрів, кіно), освітні заходи (спільне навчання, участь у майстер-класах, екскурсіях).

Джерело: складено автором на основі [45, 19]

Сімейні ролі є важливими для формування стабільних і гармонійних стосунків. Їх правильний розподіл сприяє ефективній взаємодії між членами родини, зниженню рівня конфліктності та створенню сприятливого емоційного клімату. У сучасних умовах гнучкість у розподілі ролей є важливим чинником, що забезпечує адаптацію сім'ї до нових викликів.

Гендерна приналежність значною мірою впливає на формування уявлень про сімейні ролі. Традиційно в суспільстві закріпилися стереотипи щодо розподілу обов'язків між чоловіком і жінкою. Чоловіки, як правило, асоціюються з роллю годувальника, що передбачає матеріальне забезпечення сім'ї, тоді як жінки традиційно виконують роль вихователькі дітей і хранительки домашнього затишку. Ці стереотипи закріплювалися протягом століть і значною мірою впливали на очікування партнерів у шлюбі [17, 171].

Однак сучасні соціальні процеси, зокрема боротьба за гендерну рівність, сприяють поступовій зміні цих уявлень. Жінки дедалі частіше беруть активну участь у фінансовому забезпеченні сім'ї, водночас чоловіки виявляють більшу залученість у виховання дітей та виконання домашніх обов'язків. Такі зміни є результатом впливу урбанізації, розширення прав і можливостей жінок, а також зміни суспільних цінностей, які більше орієнтовані на партнерство.

Попри ці зрушення, гендерні відмінності у сприйнятті сімейних ролей все ще залишаються. Наприклад, дослідження показують, що чоловіки частіше фокусуються на економічних аспектах забезпечення сім'ї, розглядаючи це як основну свою роль. Натомість жінки приділяють більше уваги емоційній підтримці, побутовим питанням і соціалізації дітей. Водночас ці межі поступово розмиваються, особливо в сім'ях, які сповідують ідеї рівноправності.

Гендерні відмінності також проявляються у ставленні до взаємної підтримки. Чоловіки можуть сприймати емоційні аспекти менш значущими, що інколи стає джерелом нерозуміння у відносинах. Жінки, зі свого боку, можуть очікувати більшої емоційної включеності партнера, вбачаючи у цьому запоруку гармонійних стосунків [20, 37].

Уявлення про сімейні ролі мають критичне значення для успішної адаптації молодої сім'ї до нового етапу спільного життя. Розбіжності у цих уявленнях можуть призводити до конфліктів, які є ключовим чинником адаптаційної кризи. Якщо очікування одного з партнерів не відповідають реальній поведінці іншого, це створює дисбаланс, що ускладнює процес пристосування до нових умов.

Наприклад, жінка, яка прагне, щоб чоловік активно залучався до виховання дітей, може відчувати розчарування, якщо чоловік розглядає цю функцію як другорядну. Таке нерозуміння посилює психологічну напругу та може призвести до виникнення почуття несправедливості або навіть емоційного відчуження. З іншого боку, чоловік, який вважає, що його роль

обмежується лише матеріальним забезпеченням, може сприймати додаткові обов'язки як тиск, що також ускладнює адаптацію [7, 30].

Подібні розбіжності можуть виникати і в питаннях організації побуту. Наприклад, один із партнерів може очікувати рівномірного розподілу домашніх обов'язків, тоді як інший дотримується традиційної моделі, де ці обов'язки покладаються на жінку. У таких випадках відсутність відкритого діалогу й готовності до компромісів може призвести до ескалації конфліктів.

Крім того, уявлення про ролі значно впливають на здатність подружжя долати стресові ситуації. Наприклад, якщо один із партнерів відчуває, що його роль у сім'ї недооцінена, це може призвести до зниження самооцінки та емоційного вигорання. Натомість партнер, який має підтримку й розуміння з боку іншого, легше адаптується до нових обставин і долає виклики [14, 108].

Таким чином, узгодження уявлень про сімейні ролі є важливим елементом у процесі подолання адаптаційної кризи. Воно вимагає готовності партнерів до відкритого спілкування, взаємної підтримки та пошуку компромісів. Розуміння ролей і очікувань одне одного сприяє зміцненню взаємин, створенню гармонійного сімейного середовища та ефективному вирішенню конфліктів. Це також допомагає уникати повторення типових помилок, пов'язаних із нерозумінням або неприйняттям сімейних ролей.

У табл. 1.9 наведено стратегії гармонізації уявлень.

Таблиця 1.9

Стратегії гармонізації уявлень про сімейні ролі

Стратегія	Характеристика	Приклади
Відкрите спілкування	Обговорення очікувань, побажань та можливостей партнерів у розподілі ролей.	Складання списку обов'язків; щотижневі обговорення потреб і планів.
Розподіл обов'язків	Справедливе та раціональне визначення ролей у сімейному житті з урахуванням можливостей партнерів.	Чергування у виконанні домашніх справ; розподіл фінансових обов'язків.
Емоційна підтримка	Підтримка партнера у виконанні його обов'язків і подоланні труднощів.	Визнання внеску партнера; висловлення вдячності за виконану роботу.

Продовження таблиці 1.9

Навчання та розвиток	Розвиток навичок і вмінь, необхідних для виконання сімейних обов'язків.	Курси кулінарії, фінансового планування; навчання догляду за дітьми.
Гнучкість у ролях	Адаптація до змінних обставин, що потребує перегляду розподілу ролей.	Тимчасовий перехід ролі годувальника до одного з партнерів через зміну роботи іншого.
Підтримка балансу	Забезпечення рівноваги між сімейними ролями та особистими інтересами партнерів.	Визначення особистого часу для хобі та саморозвитку кожного партнера.
Моделювання прикладу	Використання позитивного досвіду інших пар для гармонізації уявлень.	Вивчення історій успішних шлюбів; консультації з психологом або коучем.

Джерело: складено автором на основі [37, 138]

Отже,процес гармонізації вимагає системного підходу, що передбачає застосування різних стратегій, спрямованих на узгодження очікувань партнерів та забезпечення ефективної взаємодії. У цьому контексті можна виділити низку ключових підходів, які є ефективними інструментами для подолання потенційних конфліктів і створення гармонійного середовища в сім'ї:

1. Відкрите спілкування передбачає обговорення очікувань, побажань і можливостей партнерів щодо виконання ролей у сімейному житті. Ефективне спілкування є основою для вирішення конфліктних ситуацій і забезпечення взаєморозуміння. Зокрема, регулярне складання списку обов'язків чи щотижневі обговорення потреб і планів допомагають уникнути накопичення невирішених питань. Відкрите спілкування сприяє формуванню атмосфери довіри, яка є критично важливою для міцного шлюбного союзу [58, 229].

2. Розподіл сімейних обов'язків є важливою складовою гармонійного сімейного життя. Справедливе та раціональне визначення ролей допомагає уникнути нерівності у стосунках і зменшує напругу. Наприклад, чергування у виконанні домашніх справ або розподіл фінансових обов'язків сприяють створенню відчуття справедливості. Це не лише знижує рівень стресу в сім'ї,

але й дозволяє кожному з партнерів зосередитися на своїх сильних сторонах і зберігати енергію для інших аспектів життя.

3. Психологічна підтримка є важливою складовою гармонізації сімейних ролей. Визнання внеску партнера, висловлення вдячності за виконану роботу і взаємопідтримка допомагають зміцнити емоційний зв'язок між партнерами. Це створює відчуття єдності та підтримки, необхідне для подолання складних ситуацій. Наприклад, просте висловлення вдячності за вклад у сім'ю чи підтримка в момент кризи можуть мати значний вплив на загальну атмосферу в родині [71, 631].

4. Розвиток нових навичок, необхідних для виконання сімейних обов'язків, є ще однією важливою стратегією гармонізації. Участь у курсах кулінарії, фінансового планування або навчання догляду за дітьми може допомогти партнерам краще розуміти один одного і виконувати ролі більш ефективно. Навчання сприяє підвищенню самооцінки та зниженню рівня стресу, оскільки партнери почуваються більш впевнено у виконанні своїх обов'язків.

5. Адаптація до змінних обставин є ключовим фактором у збереженні гармонійних стосунків. Наприклад, тимчасовий перехід ролі годувальника до одного з партнерів у разі зміни роботи іншого свідчить про готовність до співпраці та підтримки. Гнучкість дозволяє швидко реагувати на виклики і зберігати стабільність навіть у складних життєвих обставинах [53, 65].

6. Забезпечення рівноваги між сімейними ролями та особистими інтересами партнерів є важливою умовою для підтримки гармонії. Визначення особистого часу для хобі чи саморозвитку кожного з партнерів дозволяє уникнути відчуття виснаження і зберігати емоційний ресурс для взаємодії. Баланс між сімейними і особистими інтересами сприяє зміцненню взаємоповаги та довіри.

7. Використання позитивного досвіду інших пар для гармонізації уявлень про сімейні ролі може стати додатковим ресурсом у вирішенні конфліктів. Вивчення історій успішних шлюбів або консультації з психологом

чи коучем допомагають знайти нові підходи до організації сімейного життя. Це створює основу для формування нових моделей поведінки, які можуть бути ефективними в конкретній ситуації [77, 236].

Таким чином, уявлення молодого подружжя про сімейні ролі та функції є основою гармонійного сімейного життя. Вони формуються під впливом різних чинників, таких як сімейний досвід, культурні традиції, гендерні стереотипи та особистісні риси партнерів. Ці уявлення визначають розподіл обов'язків у сім'ї, який може включати як матеріальне забезпечення, так і емоційну підтримку, виховання дітей та організацію спільного часу. Розуміння партнерами своїх ролей у сім'ї створює базу для рівноправного співіснування, де кожен відчуває себе цінним і важливим. Відповідність між очікуваннями партнерів щодо виконання ролей є критичною для уникнення конфліктів і стресу в сімейних стосунках.

Гармонізація уявлень про ролі вимагає відкритого спілкування, готовності до компромісів та взаємної підтримки. Партнери мають узгоджувати свої очікування, справедливо розподіляти обов'язки та підтримувати одне одного у виконанні сімейних функцій. Важливу роль відіграє також емоційна залученість, яка сприяє зміцненню довіри та створенню позитивного сімейного клімату. Спільні зусилля щодо адаптації до змін і вирішення побутових питань дозволяють уникнути накопичення напруги. Розвиток навичок і готовність до гнучкого реагування на життєві виклики допомагають молодій сім'ї формувати стійкі та гармонійні стосунки, що забезпечують комфортобох партнерів.

Отже, сім'я, як одна з найдавніших соціальних інституцій, зазнала численних трансформацій, від групового шлюбу у первісному суспільстві до сучасних форм, які враховують гендерну рівність і особисті вподобання. Еволюція сімейної структури була тісно пов'язана з економічними, соціальними та культурними змінами, що визначали її роль у суспільстві. Функціонально-рольова структура сім'ї охоплює такі основні ролі, як забезпечення матеріальних потреб, виховання дітей, емоційна підтримка та

соціалізація.Важливими тенденціями є зростання кількості розлучень, поширення цивільних шлюбів і підвищення віку вступу в шлюб, що свідчить про зрушення в суспільних цінностях.У зв'язку із цим сім'я, попри зміни у функціональній структурі, зберігає статус основного соціального осередку, що впливає на формування особистості, передачу культурних норм і забезпечення стабільності суспільства.

Адаптаційна криза є важливим етапом становлення молодої сім'ї, коли партнери проходять через нові ролі та обов'язки. Основними аспектами цієї кризи є конфлікт очікувань, зниження рівня автономії, соціальна ізоляція та фінансові труднощі. Успішне подолання адаптаційної кризи можливе за умови відкритого спілкування, розподілу обов'язків і підтримки між партнерами. Водночас невирішені конфлікти можуть призводити до розлучення або емоційного дистанціювання. Тому адаптація молодої сім'ї потребує комплексного підходу, орієнтованого на співпрацю та компроміси.

Уявлення молодого подружжя про сімейні ролі визначають їхню здатність адаптуватися до сімейного життя. Традиційні гендерні стереотипи поступово замінюються ідеями рівноправності, що створює нові виклики для молодих пар. Розбіжності в очікуваннях щодо розподілу обов'язків є джерелом конфліктів і стресу, але за умови відкритого діалогу та узгодження сімейних ролей можливе створення гармонійного середовища. Гнучкість у підходах до виконання обов'язків, емоційна підтримка та рівномірний розподіл завдань сприяють зміцненню взаєморозуміння між партнерами.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ УЯВЛЕНЬ МОЛОДОГО ПОДРУЖЖЯ ПРО ФУНКЦІОНАЛЬНО-РОЛЬОВУ СТРУКТУРУ СІМ'Ї В ПЕРІОД АДАПТАЦІЙНОЇ КРИЗИ

2.1. Організація та методи дослідження

Адаптаційна криза є важливим етапом у житті молодого подружжя, оскільки цей період формує основи для подальшого функціонування сім'ї, її цінностей та ролей. У сучасних умовах, особливо з огляду на соціально-економічні виклики, молоді сім'ї стикаються з труднощами, які можуть впливати на їхню адаптацію, стосунки та розподіл функцій [57, 113].

У рамках нашого емпіричного дослідження основна увага була зосереджена на аналізі уявлень молодих сімей про функціонально-рольову структуру в період адаптаційної кризи. Для збору вибірки дослідження було розміщено пропозицію про участь у соціальних мережах, що дозволило залучити учасників із різних куточків України. З-поміж добровольців було обрано 20 молодих сімей, які відповідали наступним критеріям: перебування у шлюбі від 1 до 3 років, відсутність значного досвіду подружньої терапії та бажання брати участь у дослідженні.Віковий діапазон респондентів становив 22-35 років з рівним гендерним складом, що забезпечило репрезентативність вибірки та дозволило врахувати особливості різних регіонів країни.

Особлива увага в процесі дослідження була приділена етичним аспектам. Учасникам гарантували повну анонімність та конфіденційність відповідей. Перед початком дослідження подружжя підписували інформовану згоду, в якій були чітко прописані цілі дослідження, умови участі, а також можливість відмовитися від участі на будь-якому етапі без наслідків.

Метою нашого дослідження було вивчення уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в умовах адаптаційної кризи. Увага зосереджувалася на таких аспектах:рівень усвідомлення ролей у

сім’ї;вплив кризових явищ на взаємини подружжя;специфіка адаптаційних процесів у контексті сучасних соціальних викликів.Це дослідження дозволило отримати уявлення про характер змін, що відбуваються у функціонально-рольовій структурі сім’ї під час адаптаційної кризи, і розробити рекомендації.

Для досягнення поставленої мети структура нашого емпіричного дослідження була розроблена наступним чином:

1. Попереднє спілкування з учасниками. На першому етапі дослідження ми провели онлайн-зустрічі через платформу Zoom, під час яких учасникам було пояснено мету дослідження, умови участі та основні етапи. Також було отримано згоду на участь, що гарантувало етичність дослідження.

2. Вибір і адаптація методик. Другим етапом стало визначення та адаптація відповідних діагностичних методик для оцінки функціонально-рольової структури сім’ї. Основна увага приділялася інструментам, які дозволяють вивчати ролі в сім’ї, рівень задоволеності взаєминами та емоційну підтримку. Методики були адаптовані до специфіки молодих сімей в умовах адаптаційної кризи.

3. Первинне опитування учасників. Третій етап включав проведення опитування всіх подружніх пар із використанням адаптованих методик. Це дозволило отримати базові дані про уявлення кожного з подружжя щодо функціонально-рольової структури їхньої сім’ї та виявити проблемні аспекти.

4. Розробка психологічної підтримки. На основі результатів первинного опитування було розроблено програму психологічної підтримки. Вона включала серію онлайн-сесій, спрямованих на покращення комунікації між партнерами, обговорення сімейних ролей та навчання методів конструктивного вирішення конфліктів.

5. Реалізація програми підтримки. П’ятий етап передбачав впровадження розробленої програми у форматі онлайн-зустрічей, домашніх завдань та рекомендацій. Це дозволило безпосередньо вплинути на сприйняття учасниками ролей у сім’ї та покращити їхню взаємодію.

6. Повторне опитування. Шостий етап полягав у повторному проведенні опитувань за допомогою тих самих методик. Мета цього етапу – оцінити зміни, що відбулися в уявленнях учасників після участі у програмі психологічної підтримки. Зокрема, було проаналізовано динаміку сприйняття ролей у сім'ї, рівень задоволеності стосунками та ефективність комунікації між партнерами. Результати дозволили оцінити ефективність програми та сформулювати рекомендації для подальшої роботи з подружжям у період адаптаційної кризи.

7. Аналіз результатів. На сьомому етапі було проведено аналіз отриманих даних за допомогою статистичних методів. Основну увагу приділено порівнянню результатів до і після реалізації програми, а також вивченню впливу окремих факторів на зміни у сприйнятті функціонально-рольової структури сім'ї. Особливо важливим стало виявлення тенденцій у покращенні комунікації між подружжям і зміцненні взаєморозуміння. Крім того, було досліджено, як рівень емоційної підтримки впливає на здатність сімей долати адаптаційну кризу.

8. Розробка практичних рекомендацій. Завершальний етап передбачав створення рекомендацій для молодих сімей, психологів і соціальних працівників. Рекомендації включали стратегії покращення взаємодії в сім'ї, розвитку емоційної підтримки та подолання кризових явищ у період адаптації. Також було розроблено практичні поради щодо управління конфліктами та формування гнучкості в ролях подружжя. Особлива увага була приділена необхідності створення сімейних програм психологічної підтримки, які враховують специфіку адаптаційної кризи.

Ця структура дослідження дозволила забезпечити комплексний підхід до аналізу уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї, а також оцінити ефективність психологічної підтримки в подоланні труднощів.

Для емпіричного дослідження уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї було використано спеціально

адаптовані методики. Ці інструменти були спрямовані на оцінку сприйняття ролей у сім'ї, рівня емоційної підтримки, задоволеності стосунками та ефективності комунікації між партнерами. Деталізація цих методик представлена в табл. 2.10.

Таблиця 2.10

Діагностичний інструментарій дослідження

№	Методика	Опис
1	Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3) (Додаток А)	Методика використовується для виявлення рівня згуртованості та адаптивності сімейної системи. Вона дозволяє визначити, наскільки члени сім'ї підтримують один одного, адаптуються до змін, а також наскільки їх взаємини відповідають здоровим нормам.
2	Методика «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» (К. Томас, адаптація Гришиної Н.) (Додаток Б)	Методика дозволяє оцінити стратегії поведінки подружніх пар у конфліктних ситуаціях, таких як конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення та пристосування. Кожен учасник відповідає на серію запитань, що дозволяє визначити переважаючу стратегію їх поведінки під час взаємодії у складних ситуаціях.
3	Шкала задоволеності шлюбом (MSS) (ДодатокВ)	Шкала складається з 10 пунктів, що охоплюють ключові аспекти шлюбного життя, включаючи спілкування, емоційну підтримку та задоволеність взаєминами. Респонденти оцінюють твердження за шкалою від 1 до 5. Використовується для аналізу рівня задоволення шлюбом і виявлення зон, які потребують покращення.
4	Методика «Сімейні ролі» (О. Черніков, адаптована техніка Р. Германа, Н. Фрідмана) (Додаток Г)	Методика допомагає оцінити ролі членів сім'ї, їхній внесок у сімейне життя та поведінку у конфліктних ситуаціях. Вона передбачає відмічання ролей членів сім'ї у певній шкалі та виділення найважливіших ролей. Інтерпретація дозволяє ідентифікувати лідерів у сім'ї, ступінь їх впливу на прийняття рішень і загальну рольову структуру.

Джерело: складено автором на основі [6, 32-35; 69, 315]

Ці методики були інтегровані в дослідження для комплексного аналізу уявлень подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї. Вони дозволили не тільки визначити поточний стан взаємин між партнерами, але й оцінити, як ці уявлення впливають на адаптацію сім'ї у кризовий період. Отримані дані сприяли розробці рекомендацій щодо покращення сімейної взаємодії та підтримки подружжя у подоланні адаптаційної кризи.

2.2. Аналіз результатів дослідження уявлень молодого подружжя про сімейні ролі та функції

Після ретельного підбору та адаптації методик, емпіричне дослідження уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в умовах адаптаційної кризи було розпочато серед 20 молодих сімей з різних регіонів України. Віковий діапазон учасників становив 22-35 років, а тривалість шлюбу варіювалася від одного до трьох років.

Перед початком дослідження особливу увагу було приділено створенню довірливої та відкритої атмосфери. Онлайн-зустрічі через платформу Zoom розпочалися з неформального обговорення сімейного життя учасників, їхніх цінностей та щоденних труднощів, пов'язаних із соціально-економічними та психологічними викликами. Особливий акцент був зроблений на важливості взаєморозуміння між партнерами як ключового елемента сімейної гармонії. Це сприяло зняттю напругиі допомогло встановити контакт з подружніми парами.

Після вступного обговорення учасники отримали чіткі інструкції щодо заповнення анкет і виконання тестових завдань. Вони також підписали інформовану згоду, в якій були прописані мета дослідження, умови участі та можливість відмовитися від участі в будь-який момент.

У цілях забезпечення анонімності кожній сім'ї було присвоєно унікальний код із зазначенням регіону проживання. Наприклад, сім'я 1 (м. Київ), сім'я 2 (м. Львів), сім'я 3 (м. Одеса) тощо. Такий підхід дозволив

зберегти конфіденційність отриманих даних та уникнути можливих етичних порушень. Усі результати були представлені в узагальненому вигляді, без вказівки особистих даних учасників.

Перший етап дослідження передбачав використання адаптованих методик, зокрема шкали сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3), методу оцінки схильності до конфліктної поведінки (К. Томаса), шкали задоволеності шлюбом (MSS) і методики «Сімейні ролі». Ці інструменти дозволили зібрати комплексні дані про уявлення подружніх пар щодо функцій і ролей у сім'ї, їхню емоційну підтримку та задоволеність взаєминами.

Отримані дані були проаналізовані для визначення базових характеристик функціонально-рольової структури сімей, а також для виявлення проблемних аспектів, які могли бути пов'язані з адаптаційною кризою.

Для аналізу результатів дослідження за методикою «Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3)» були підраховані загальні бали для кожної з 20 сімей. Дані занесено у табл. 2.11, де наведено умовний номер сім'ї, регіон проживання, отримані бали та рівень згуртованості й адаптації.

Таблиця 2.11

Результат дослідження за методикою FACES-3 до впровадження програми психологічної підтримки молодого подружжя

Сім'я	Загальні бали	Рівень згуртованості та адаптації
Сім'я 1 (м. Київ)	56	Високий
Сім'я 2 (м. Львів)	48	Середній
Сім'я 3 (м. Одеса)	35	Низький
Сім'я 4 (м. Харків)	52	Високий
Сім'я 5 (м. Дніпро)	50	Середній
Сім'я 6 (м. Запоріжжя)	33	Низький
Сім'я 7 (м. Вінниця)	47	Середній
Сім'я 8 (м. Черкаси)	58	Високий
Сім'я 9 (м. Полтава)	40	Середній
Сім'я 10 (м. Житомир)	53	Високий
Сім'я 11 (м. Чернівці)	49	Середній
Сім'я 12 (м. Херсон)	37	Середній

Продовження таблиці 2.11

Сім’я 13 (м. Миколаїв)	28	Низький
Сім’я 14 (м. Рівне)	55	Високий
Сім’я 15 (м. Кропивницький)	45	Середній
Сім’я 16 (м. Тернопіль)	41	Середній
Сім’я 17 (м. Луцьк)	34	Низький
Сім’я 18 (м. Ужгород)	39	Середній
Сім’я 19 (м. Івано-Франківськ)	51	Високий
Сім’я 20 (м. Суми)	36	Середній

Джерело: складено автором

Результати дослідження уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім’ї виявили низку важливих тенденцій, які характеризують рівень згуртованості та адаптації сімей у період адаптаційної кризи:

1. Високий рівень згуртованості та адаптації (40%, 8 із 20 сімей). Ці сім’ї демонструють сильні емоційні зв’язки, високу підтримку один одного та відкритість у спілкуванні. Учасники з таких сімей відзначали, що їм вдається успішно вирішувати конфліктні ситуації, підтримувати взаєморозуміння та долати труднощі спільно. Високий рівень згуртованості свідчить про здатність партнерів до конструктивного вирішення проблем і гнучкість у виконанні сімейних ролей. Наприклад, у таких сім’ях часто спостерігалося обговорення проблем, рівномірний розподіл обов’язків та високий рівень емоційної підтримки.

2. Середній рівень згуртованості та адаптації (45%, 9 із 20 сімей). Це найпоширеніша категорія, яка характеризується наявністю як позитивних, так і проблемних аспектів у функціонуванні сімей. У таких сім’ях партнери зазвичай здатні підтримувати один одного, але стикаються з труднощами у спілкуванні або вирішенні конфліктів. Часто це пов’язано з відсутністю чітких домовленостей щодо розподілу ролей у сім’ї або недостатньою емоційною гнучкістю. Наприклад, деякі учасники вказували на складнощі у

врахуванні потреб один одного під час прийняття рішень або недостатню взаємопідтримку в стресових ситуаціях.

3. Низький рівень згуртованості та адаптації (15%, 3 із 20 сімей). Ця група сімей демонструє найбільше труднощів у взаєминах. Низький рівень згуртованості часто свідчить про слабкі емоційні зв'язки між партнерами, відсутність підтримки та значні труднощі у вирішенні конфліктів. У таких сім'ях зазвичай спостерігається недостатній рівень комунікації, що ускладнює адаптацію до нових умов. Деякі учасники з цих сімей відзначали часті суперечки, відчуття віддаленості від партнера або невизначеність у виконанні сімейних ролей.

Аналіз результатів дослідження показав суттєві відмінності в рівні згуртованості сімей залежно від їхнього регіону проживання.

1. У сім'ях, які проживають у великих містах (Київ, Львів, Харків, Дніпро)переважав середній і високий рівень згуртованості. Це можна пояснити ширшим доступом до різних ресурсів, включаючи психологічну підтримку, освітні та соціальні програми, а також можливості для професійного розвитку. Жителі великих міст, як правило, мають більше варіантів для проведення сімейного дозвілля, що сприяє зміцненню взаємозв'язків між членами сім'ї. Наприклад, у сім'ях із Києва та Львова часто спостерігалася активна участь обох партнерів у спільних проєктах, таких як планування бюджету чи організація спільного відпочинку.

2. У сім'ях із соціально-економічними труднощами (Херсон, Миколаїв, Запоріжжя) переважав низький рівень згуртованості. Причинами можуть бути економічні труднощі, відсутність стабільності, а також вплив стресових зовнішніх чинників, зокрема війни та пов'язаних із нею змін. Учасники з цих регіонів частіше вказували на складнощі у комунікації, брак підтримки з боку партнера та нездатність ефективно вирішувати конфліктні ситуації. Це може бути пов'язано з емоційним і фінансовим виснаженням, що ускладнює формування здорової функціонально-рольової структури в сім'ї. Дослідження підтвердило, що адаптаційна криза є суттєвим викликом для молодих сімей,

який по-різному впливає на їхню згуртованість і здатність функціонувати ефективно:

1. Сім'ї з високим рівнем згуртованості демонструють кращу адаптацію до соціально-економічних викликів. Вони здатні конструктивно вирішувати проблеми, зокрема фінансові та психологічні. Учасники із цих сімей вказували на те, що спільна робота над вирішенням труднощів зміцнює їхній союз. Наприклад, партнери активно ділилися обов'язками, планували бюджет та підтримували один одного в періоди стресу.

2. Сім'ї з низьким рівнем згуртованості демонструють труднощі у взаєморозумінні та співпраці. Особливо гостро ці труднощі проявлялися у вирішенні фінансових проблем, що посилювало напруженість у стосунках. Учасники з цієї групи відзначали брак підтримки з боку партнера, що призводило до конфліктів і відчуття віддаленості. Наприклад, у таких сім'ях нерідко спостерігалося перевантаження одного з партнерів виконанням сімейних обов'язків без достатньої допомоги з боку іншого.

Отримані результати дозволили виявити сильні та слабкі сторони функціонально-рольової структури молодих сімей у різних регіонах України.

Наступним етапом нашого дослідження стало оцінювання схильності особистості до конфліктної поведінки у молодих подружжях. Для цього було використано адаптовану методику К. Томаса, яка дозволила визначити домінуючі стратегії поведінки учасників у конфліктних ситуаціях.Отримані результати наведені у табл. 2.12.

Результати, представлені в табл 2.12, демонструють широкий спектр стратегій поведінки молодих подружніх п.ар у конфліктних ситуаціях:

1. У 55% сімей (11 із 20) співпраця є провідною стратегією вирішення конфліктів. Високі бали за цю стратегію свідчать про прагнення партнерів знаходити спільні рішення, які враховують інтереси обох сторін. Такі сім'ї, як сім'я 1 (м. Київ), сім'я 4 (м. Харків), та сім'я 8 (м. Черкаси), демонструють високий рівень взаєморозуміння та здатність конструктивно вирішувати конфлікти.

2. У 50% сімей компроміс займає одне з провідних місць у стратегіях поведінки. Це вказує на готовність партнерів йти на поступки для досягнення часткового задоволення обох сторін. Особливо це характерно для сімей із Львова, Житомира та Ужгорода, які показали середні або високі бали за цією стратегією.

3. У 30% сімей спостерігається високий рівень конкуренції, що вказує на схильність відстоювати свої інтереси, навіть ціною конфронтації (наприклад, сім'я 6 із Запоріжжя та сім'я 12 із Херсона). Водночас 35% сімей демонструють схильність до уникнення конфліктів, що свідчить про їхнє небажання взаємодіяти у складних ситуаціях (наприклад, сім'я 3 та сім'я 17).

Таблиця 2.12

Результати дослідження за методикою «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» до впровадження програми

Сім'я	Конкуренція	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
Сім'я 1 (м. Київ)	6	9	7	5	3
Сім'я 2 (м. Львів)	4	8	8	6	4
Сім'я 3 (м. Одеса)	7	6	5	8	4
Сім'я 4 (м. Харків)	5	9	7	4	3
Сім'я 5 (м. Дніпро)	6	8	7	6	4
Сім'я 6 (м. Запоріжжя)	8	5	6	7	4
Сім'я 7 (м. Вінниця)	5	7	6	4	8
Сім'я 8 (м. Черкаси)	5	9	8	6	3
Сім'я 9 (м. Полтава)	4	6	7	5	8
Сім'я 10 (м. Житомир)	6	8	7	4	5
Сім'я 11 (м. Чернівці)	4	7	6	5	6
Сім'я 12 (м. Херсон)	8	5	5	7	4
Сім'я 13 (м. Миколаїв)	7	6	5	8	4
Сім'я 14 (м. Рівне)	5	8	7	4	6
Сім'я 15 (м. Кропивницький)	6	7	7	5	5
Сім'я 16 (м. Тернопіль)	5	7	8	4	6
Сім'я 17 (м. Луцьк)	7	5	6	7	4
Сім'я 18 (м. Ужгород)	4	8	8	5	5
Сім'я 19 (м. Івано-Франківськ)	6	9	7	4	4
Сім'я 20 (м. Суми)	5	6	7	6	5

Джерело: складено автором

4. Низькі бали за пристосування у більшості сімей (70%) свідчать про те, що партнери не схильні жертвувати своїми інтересами заради миру у стосунках. Однак у сім'ях із Вінниці та Полтави спостерігається значна схильність до пристосування, що може бути ознакою нерівності у стосунках.

Також відзначимо, що у сім'ях з великих міст (Київ, Львів, Харків, Дніпро) домінує стратегія співпраці та компромісу, що свідчить про прагнення до конструктивного вирішення конфліктів. Високий рівень співпраці в цих регіонах може бути пов'язаний із кращим доступом до освітніх ресурсів та психологічної підтримки. У сім'ях з регіонів із соціально-економічними труднощами (Херсон, Миколаїв, Запоріжжя) домінує стратегія конкуренції та уникнення, що може бути пов'язано зі стресовими зовнішніми умовами, які впливають на внутрішньосімейну взаємодію. Наприклад, у сім'ї 6 (м. Запоріжжя) конкуренція виявлена як домінуюча стратегія, що свідчить про високий рівень напруженості.

Також доцільно відзначити, що сім'ї зі співпрацею та компромісом як провідними стратегіями демонструють кращу адаптацію до викликів адаптаційної кризи, оскільки здатні ефективно вирішувати конфлікти, враховуючи інтереси обох сторін. Такі стратегії сприяють зміцненню взаєморозуміння між партнерами.У сім'ях з домінуванням конкуренції та уникнення часто спостерігаються труднощі у вирішенні конфліктів. Конкуренція, особливо у поєднанні з низьким рівнем співпраці, може призводити до загострення суперечок, тоді як уникнення конфліктів ускладнює їхнє вирішення. Це характерно для сімей із Херсона, Миколаєва та Луцька.

Наступним етапом дослідження стала оцінка задоволеності шлюбом молодих подружжів за методикою MSS, яка дозволяє оцінити ключові аспекти шлюбного життя, включаючи спілкування, підтримку, спільні цінності та традиції. Отримані результатипродемонстровано на рис. 2.9.

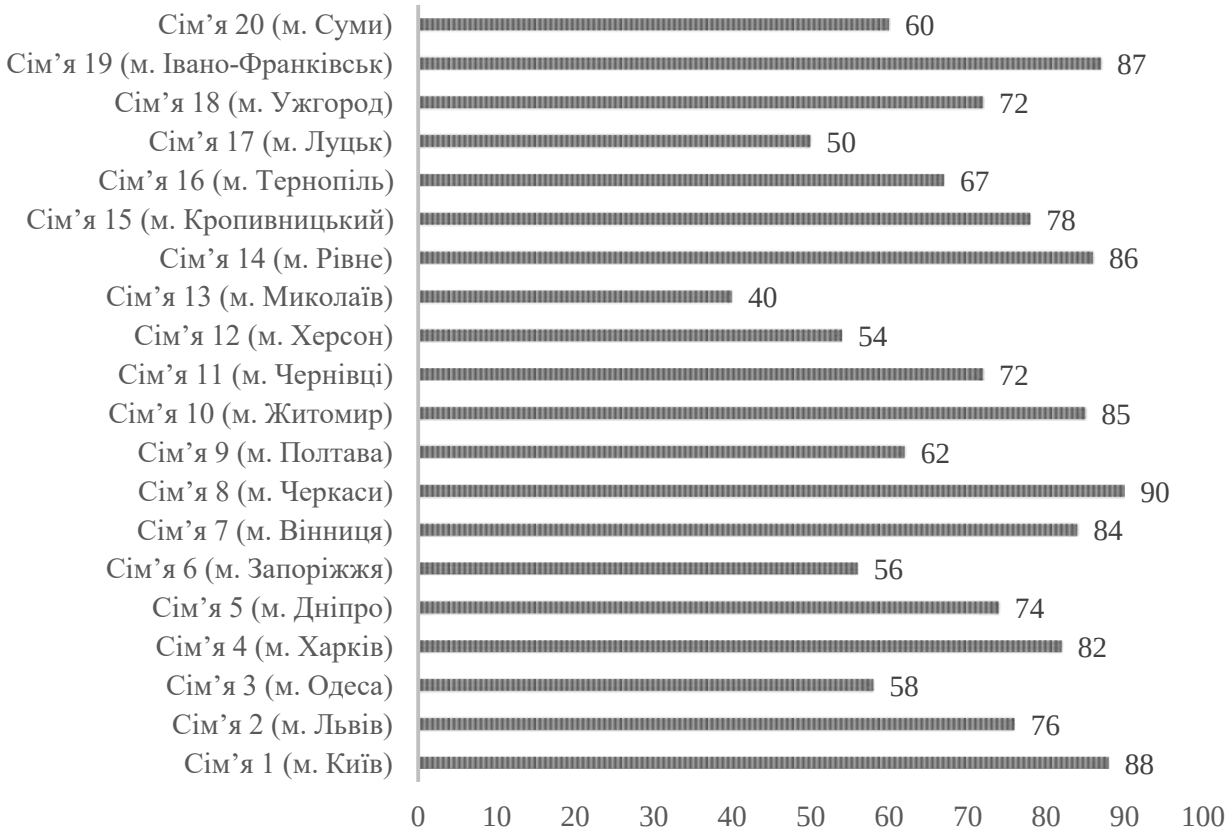


Рис. 2.9. Результати дослідження за методикою MSS до впровадження програми психологічної підтримки молодого подружжя

Джерело: складено автором

Аналіз результатів показав, що:

1. 40% сімей (8 із 20) демонструють дуже високий рівень задоволеності шлюбом. Це свідчить про стабільність у стосунках, високий рівень взаємопідтримки та гармонії. Наприклад, сім'я 8 із Черкас і сім'я 14 із Рівного показали найвищі бали, що відображає успішну комунікацію, справедливий розподіл обов'язків і задоволеність стосунками.

2. 45% сімей (9 із 20) мають високий рівень задоволеності, який свідчить про загалом гармонійні стосунки, але з можливими зонами для вдосконалення. Наприклад, у сім'ях із Львова та Ужгорода спостерігаються труднощі у вирішенні конфліктів або недостатня увага до спільних традицій.

3. 15% сімей (3 із 20) демонструють середній рівень задоволеності. У цих стосунках є певна напруга, пов'язана з розбіжностями у сприйнятті ролей або недостатнім рівнем емоційної гармонії.

У сім’ях із великих міст (Київ, Харків, Львів) здебільшого спостерігається дуже високий або високий рівень задоволеності шлюбом. Це свідчить про доступ до освітніх та психологічних ресурсів, а також ширші можливості для подружніх пар у плануванні спільного дозвілля.У сім’ях із регіонів із соціально-економічними труднощами (Запоріжжя, Херсон, Миколаїв) часто фіксується середній або низький рівень задоволеності, що може бути пов’язано із зовнішніми стресовими чинниками, зокрема війною чи економічною нестабільністю.

Аналіз результатів також дозволив виявити, що сім’ї з низьким рівнем задоволеності (наприклад, сім’я 13 із Миколаєва) демонструють значні труднощі в комунікації та взаєморозумінні, що впливає на гармонію у стосунках.Середні бали вказують на недостатню спільність цінностей, проблеми у вирішенні конфліктів або нерівномірний розподіл сімейних обов’язків.

Отже, результати дослідження підтвердили, що рівень задоволеності шлюбом залежить від якості комунікації, рівня підтримки та здатності партнерів співпрацювати у вирішенні конфліктів. Сім’ї з дуже високим рівнем задоволеності демонструють здатність до гармонійної взаємодії навіть у кризових умовах. Водночас сім’ї з середнім і низьким рівнем задоволеності потребують додаткової уваги, зокрема в аспектах спільного прийняття рішень і справедливого розподілу обов’язків.

Наступним етапом нашого дослідження стало вивчення розподілу сімейних ролей у молодих подружжях.Для цього було використано методику «Сімейні ролі» (О. Черніков, адаптація Р. Германа, Н. Фрідмана). Ця методика дозволяє визначити рольову структуру сім’ї, виявити домінуючі ролі кожного члена сім’ї та оцінити їхній внесок у загальне функціонування родини. Учасники заповнили спеціальну таблицю, оцінюючи, наскільки кожна з ролей притаманна їм та іншим членам їхньої сім’ї. Отримані результати представлені у додатку Д.

У більшості сімей, а саме в 60% (12 із 20), роль лідера найчастіше виконує один із партнерів. Це свідчить про чітке визначення ключових функцій у сім'ї, зокрема прийняття стратегічних рішень та відповідальність за важливі аспекти сімейного життя. Лідер у таких сім'ях часто задає тон взаємодії, вирішує складні питання та формує загальну атмосферу.

Роль виконавця розподілена рівномірніше: у половині сімей (10 із 20) її виконують усі члени родини. Такий підхід свідчить про рівну участь кожного члена сім'ї у повсякденних завданнях. Це дозволяє зберігати баланс у виконанні обов'язків та підтримувати гармонію у побутових аспектах.

Емоційна підтримка визнана однією з найважливіших ролей у більшості сімей. У 70% сімей (14 із 20) обидва партнери активно виконують цю функцію. Це підкреслює прагнення до створення комфортного психологічного середовища у шлюбі, що сприяє стабільності та гармонії у стосунках.

Водночас у 30% сімей (6 із 20) роль емоційної підтримки розподілена нерівномірно, що може призводити до перевантаження одного з партнерів. Така ситуація, як правило, пов'язана з тим, що один із членів родини бере на себе більшу відповідальність за емоційне благополуччя інших, що може викликати в нього почуття втоми чи навіть емоційного вигорання.

У половині досліджуваних сімей (10 із 20) роль фінансового планувальника виконує один партнер. Найчастіше це людина, яка має більший досвід у фінансових питаннях або вищий рівень доходу. Такий підхід забезпечує ефективне управління сімейним бюджетом, проте може створювати відчуття нерівності в деяких випадках.

Натомість у сім'ях із високим рівнем задоволеності шлюбом (наприклад, сім'я 8 із Черкас) фінансове планування є спільною відповідальністю обох партнерів. Такий підхід свідчить про рівноправність і довіру.

Результати дослідження показали, що у 40% сімей (8 із 20) догляд за дітьми є спільною відповідальністю обох партнерів. Такий розподіл обов'язків демонструє баланс у функціонуванні родини та спільну участь у вихованні дітей.
Проте у 20% сімей (4 із 20) основна відповідальність за догляд за дітьми лежить на одному з партнерів. Це може створювати нерівність у розподілі обов'язків і, як наслідок, викликати певне напруження у стосунках. Така ситуація зазвичай пов'язана з недостатнім розподілом ролей або з об'єктивними обставинами, такими як робоче навантаження іншого партнера.

Отримані результати підтвердили, що більшість сімей демонструють збалансований розподіл ключових ролей, таких як лідерство, організація сімейного життя та емоційна підтримка. Ці аспекти є основою стабільності та гармонії в шлюбі. Водночас у деяких сім'ях спостерігаються труднощі в розподілі обов'язків, особливо щодо догляду за дітьми та фінансового планування.Сім'ї, які акцентують увагу на співпраці та взаємній підтримці, демонструють вищий рівень гармонії та задоволеності шлюбом. Натомість у сім'ях із нерівномірним розподілом обов'язків часто спостерігається напруга, що може вимагати додаткової уваги та корекційних заходів.

Таким чином, аналіз результатів дослідження за всіма методиками показав, що гармонія в молодих сім'ях залежить від рівномірного розподілу ролей, ефективної комунікації та взаємопідтримки партнерів. Сім'ї з високою згуртованістю, співпрацею та задоволеністю шлюбом демонструють кращу адаптацію до викликів, тоді як нерівність у виконанні обов'язків і брак емоційної підтримки спричиняють напругу. Отримані дані підкреслюють необхідність психологічної допомоги для вдосконалення взаємодії в сім'ях.

2.3. Фактори, що впливають на формування уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї

Уявлення про функціонально-рольову структуру сім'ї формуються під впливом численних факторів, які охоплюють індивідуальні, соціально-

культурні, економічні, психологічні та комунікативні аспекти. Проведений аналіз молодих подружжів показав, що специфіка розподілу ролей у сім'ї та уявлення про них тісно пов'язані з умовами адаптаційної кризи, в якій перебувають сім'ї, а також із зовнішніми соціально-економічними та внутрішньосімейними особливостями.

На основі отриманих результатів можна виділити ключові фактори, що впливають на формування уявлень молодих сімей про ролі в їхніх відносинах. Вони охоплюють рівень згуртованості, комунікативні стратегії, соціально-економічні умови, культурні традиції, психологічні установки партнерів та якість міжособистісної взаємодії (рис. 2.10).

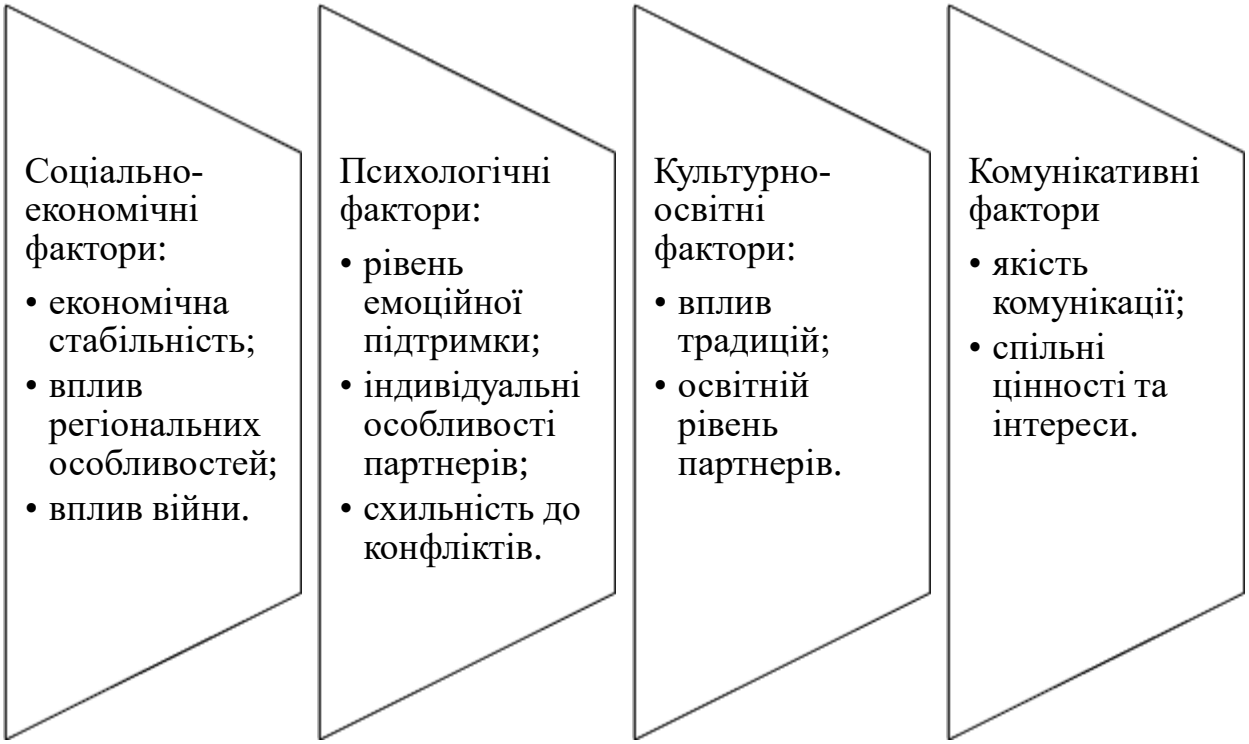


Рис. 2.10. Фактори, що впливають на формування уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї

Джерело: складено автором на основі [9, 44]

Соціально-економічні фактори відіграють ключову роль у формуванні уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї, впливаючи на розподіл обов'язків, рівень емоційної підтримки та загальну згуртованість подружжя.

Економічна стабільність є одним із визначальних аспектів. У сім'ях із вищим рівнем доходу та фінансовою впевненістю спостерігається гармонійніший розподіл ролей, що забезпечує активну участь обох партнерів у прийнятті важливих рішень і виконанні щоденних обов'язків. Наприклад, у досліджуваних сім'ях із високою згуртованістю (сім'я 8 із Черкас) фінансове планування відбувалося спільно, що сприяло рівності та довірі між партнерами.

Також важливим є вплив регіональних особливостей. Дані дослідження вказують на суттєві відмінності між сім'ями, які мешкають у великих містах, і тими, що проживають у регіонах із соціально-економічними труднощами. У великих містах, таких як Київ, Львів чи Харків, ширший доступ до освітніх, соціальних і психологічних ресурсів створює сприятливі умови для гармонійного розподілу сімейних ролей. Такі ресурси дозволяють партнерам ефективніше комунікувати, взаємодіяти та планувати спільну діяльність. Наприклад, у сім'ях із цих міст спостерігалася активна участь обох партнерів у спільних проєктах, таких як планування бюджету чи організація сімейного дозвілля. Натомість у регіонах із соціально-економічними труднощами, таких як Херсон, Миколаїв чи Запоріжжя, сім'ї зазнають значного впливу економічних обмежень, що позначається на можливостях подружжя рівномірно розподіляти обов'язки.

Окрему увагу слід приділити впливу війни як одного з ключових соціально-економічних чинників. Сім'ї, що проживають у регіонах, постраждалих від військових дій, стикаються з підвищеним рівнем емоційної напруги, фінансової нестабільності та нерівністю в розподілі ролей. Часто один із партнерів змушений брати на себе основний тягар виконання обов'язків, пов'язаних із забезпеченням сім'ї чи вихованням дітей, що призводить до перевантаження й емоційного вигорання. Такі обставини суттєво ускладнюють гармонізацію взаємин у сім'ї, оскільки подружжя змушене адаптуватися до нових умов, які часто викликають внутрішні конфлікти. Це яскраво проявляється у сім'ях із Херсона чи Запоріжжя, де

війна спричинила значну нерівність у розподілі сімейних ролей.

Вагомий вплив мають психологічні фактори, оскільки визначають якість взаємодії в сім'ї та сприяють формуванню гармонійної функціонально-рольової структури. Одним із визначальних аспектів є рівень емоційної підтримки, яка забезпечує психологічну стабільність у сім'ї. У родинах, де партнери активно надають один одному психологічну допомогу, спостерігається гармонійний розподіл ролей і висока задоволеність шлюбом. Наприклад, 70% досліджуваних сімей зазначили, що саме емоційна підтримка обох партнерів є ключовою умовою стабільності та гармонії у їхніх стосунках. Такі сім'ї відзначаються високим рівнем взаєморозуміння та спільним підходом до вирішення проблем.

Особливе значення мають індивідуальні особливості партнерів, які впливають на їхній підхід до розподілу сімейних ролей. Особистісні риси, такі як рівень емпатії, здатність до компромісу та емоційна стійкість, визначають, наскільки ефективно партнери співпрацюють і долають конфлікти. Наприклад, у сім'ях із низьким рівнем згуртованості (сім'я 6 із Запоріжжя) часто спостерігалися конфлікти, пов'язані з домінуванням конкуренції у стратегіях поведінки партнерів. Це свідчить про те, що брак емоційної гнучкості може ускладнювати розподіл обов'язків і знижувати рівень задоволеності стосунками.

Ключовим аспектом є схильність до конфліктів, яка значною мірою впливає на ефективність взаємодії між партнерами. Аналіз, проведений за методикою К. Томаса, виявив, що співпраця та компроміс сприяють гармонійному виконанню ролей у сім'ї. У сім'ях із високим рівнем співпраці (сім'я 4 із Харкова) рольова структура є більш гнучкою, а розподіл обов'язків – збалансованим. Це дозволяє партнерам ефективно розподіляти ролі та підтримувати стабільність у стосунках. Натомість конкуренція та уникнення конфліктів негативно впливають на згуртованість сім'ї, посилюючи емоційне напруження та знижуючи ефективність взаємодії.

Культурно-освітні фактори також суттєво впливають на формування уявлень молодих подружжів про функціонально-рольову структуру сім'ї, визначаючи характер взаємодії між партнерами та спосіб розподілу сімейних обов'язків. Одним із ключових аспектів є вплив культурних традицій, які формують суспільні очікування щодо ролей чоловіка та жінки в родині. У регіонах із сильними патріархальними традиціями, таких як Миколаїв та Херсон, спостерігалася тенденція до нерівного розподілу ролей. Це виражалося у тому, що один із партнерів, здебільшого жінка, був перевантажений виконанням домашніх обов'язків і вихованням дітей. Такий підхід спричиняв певне напруження у стосунках і знижував рівень задоволеності шлюбом. Натомість у сім'ях із центральних та західних регіонів України, де вплив сучасних ідей гендерної рівності є сильнішим, рольова структура виявилася більш збалансованою. У таких родинах партнери схильні до співпраці та взаємного обговорення питань, що сприяє гармонійному виконанню обов'язків.

Особливу роль у формуванні функціонально-рольової структури відіграє освітній рівень партнерів. Високий рівень освіти позитивно корелює з гнучкістю у виконанні сімейних функцій, відкритістю до нових підходів і здатністю адаптуватися до змін. Наприклад, у сім'ях із високим рівнем освіти, таких як сім'я 19 із Івано-Франківська, обидва партнери брали активну участь у прийнятті рішень, плануванні сімейного бюджету та догляді за дітьми. Цей підхід забезпечував не лише рівність у розподілі обов'язків, але й зміцнював взаєморозуміння між партнерами, сприяючи стабільності у шлюбі. У сім'ях, де один із партнерів має нижчий рівень освіти, часто спостерігалася тенденція до традиційного розподілу ролей, що не завжди відповідало очікуванням обох сторін і могло викликати конфлікти.

Вплив культурно-освітніх факторів також проявляється у схильності сімей до сприйняття інноваційних моделей розподілу ролей. Наприклад, у великих містах, таких як Київ чи Львів, де доступ до освітніх ресурсів і інформації є ширшим, родини частіше демонструють схильність до

рівноправного розподілу обов’язків і підтримки індивідуальних амбіцій кожного партнера. Це пов’язано з тим, що високий рівень освіти забезпечує розуміння сучасних соціальних трендів і відкритість до ідей гендерної рівності.

Комунікативні фактори, включаючи якість спілкування, наявність спільних цінностей та емоційну підтримку, також значно впливають на формування гармонійної функціонально-рольової структури сім’ї, оскільки саме через якісну взаємодію партнери здатні вирішувати повсякденні питання, розподіляти обов’язки та підтримувати емоційний зв’язок. Вони сприяють зміцненню довіри, розвитку взаєморозуміння та забезпечують ефективне вирішення конфліктів, що є ключовим для стабільності та задоволеності шлюбом.

Одним із базових аспектів є якість комунікації, яка визначає здатність подружжя ефективно взаємодіяти в різних ситуаціях. У сім’ях із високим рівнем задоволеності шлюбом, таких як сім’я 14 із Рівного, спостерігається відкритість і готовність до обговорення спільних питань, зокрема планування бюджету, розподілу обов’язків чи вирішення конфліктів. Ця відкритість дозволяє партнерам висловлювати свої потреби та очікування, а також сприяє уникненню непорозумінь. Сімейні пари, які активно підтримують діалог, демонструють здатність знаходити компроміси навіть у складних ситуаціях, що зміцнює їхні стосунки та сприяє стабільності.

Ще одним важливим фактором є наявність спільних цінностей та інтересів. Вони створюють основу для взаєморозуміння та гармонійної взаємодії між партнерами. У сім’ях із високим рівнем згуртованості, таких як сім’я 8 із Черкас, спільні інтереси, цінності та традиції сприяли зміцненню сімейних зв’язків. Такі родини активно займаються спільним плануванням бюджету, організацією дозвілля та вихованням дітей, що дозволяє їм краще розуміти один одного та підтримувати рівноправність у розподілі обов’язків. Наприклад, організація спільних свят чи участь у сімейних заходах стають не

лише приємним способом проведення часу, але й способом укріплення партнерства.

Важливо зазначити, що відсутність якісної комунікації може призводити до конфліктів і напруження у стосунках. У сім'ях із низьким рівнем згуртованості часто спостерігається дефіцит відкритого діалогу, що спричиняє нерозуміння та викликає відчуття ізольованості у одного чи обох партнерів. Наприклад, у сім'ї 6 із Запоріжжя, де конкуренція є провідною стратегією поведінки, партнери часто відстоюють власні інтереси без належного врахування потреб іншого. Це підкреслює важливість розвитку навичок ефективного спілкування для побудови гармонійних стосунків.

Крім того, комунікативні фактори тісно пов'язані з рівнем емоційної підтримки в сім'ї. У сім'ях, де партнери активно підтримують один одного, зокрема через обговорення своїх переживань і планів, спостерігається вищий рівень задоволеності шлюбом і збалансованість у виконанні сімейних функцій. Наприклад, у сім'ї 10 із Житомира ефективна комунікація стала запорукою успішного розподілу ролей, що зменшило ймовірність виникнення конфліктів і посилило почуття партнерства.

Таким чином, проведений аналіз результатів дослідження дозволив визначити ключові фактори, що впливають на формування уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї. Соціально-економічні умови, такі як рівень економічної стабільності, доступ до ресурсів і регіональні особливості, суттєво впливають на здатність сімей ефективно розподіляти обов'язки. Війна та соціально-економічні труднощі створюють додаткові виклики, які ускладнюють емоційну стабільність і порушують рівноправність у стосунках. Водночас якість комунікації між партнерамиє основою гармонії у взаєминах, сприяючи згуртованості та задоволеності шлюбом.

Окрім соціально-економічних та комунікативних факторів, значний вплив мають культурно-освітні аспекти та психологічні особливості партнерів. Родини, які підтримують сучасні ідеї гендерної рівності та

партнерства, демонструють вищу гнучкість у виконанні ролей і кращу адаптацію до кризових умов. Натомість патріархальні моделі часто призводять до нерівномірного розподілу обов'язків і напруги у стосунках. Високий рівень емоційної стійкості, схильність до компромісу та здатність до конструктивного вирішення конфліктів позитивно впливають на якість сімейної взаємодії. Результати дослідження підкреслюють необхідність багатофакторного підходу до підтримки сімей, включаючи програми психологічної допомоги, які спрямовані на покращення комунікації, розвиток навичок співпраці та формування рівноправних стосунків.

Отже, емпіричне дослідження було спрямоване на вивчення уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в умовах адаптаційної кризи. У дослідженнібуло використано комплекс методик, адаптованих до особливостей вибірки. Вибірка складалася з 20 молодих сімей із різних регіонів України, віковий діапазон учасників становив 22-35 років, а тривалість шлюбу – від 1 до 3 років. Для забезпечення репрезентативності враховувався рівний гендерний склад і регіональні особливості.

Аналіз результатів показав, що рівень згуртованості, адаптації та задоволеності шлюбом значно залежить від регіональних особливостей, соціально-економічного статусу та особистісних рис партнерів. Сім'ї з високим рівнем співпраці ефективно вирішують конфлікти та зберігають рівноправність у ролях, тоді як конкуренція й уникнення конфліктів підсилюють напруження у стосунках. Більшість сімей прагнуть до рівномірного розподілу обов'язків, хоча іноді спостерігається перевантаження одного з партнерів. Методики К. Томаса та шкала MSS дозволили детально оцінити емоційну взаємодію, підтвердивши, що збалансовані ролі й ефективна комунікація сприяють легшій адаптації до криз.

Формування уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї визначається комплексом соціально-економічних, психологічних, культурно-освітніх і комунікативних факторів. Соціально-економічні умови, такі як рівень стабільності та доступ до ресурсів, суттєво впливають на здатність партнерів ефективно розподіляти обов'язки. Психологічні аспекти, зокрема рівень емоційної підтримки та здатність до співпраці, забезпечують гармонійність у виконанні сімейних ролей. Водночас культурні традиції та освітній рівень партнерів формують ціннісні орієнтири, які сприяють адаптації до сучасних умов. Комунікативні фактори, включаючи якість взаємодії та наявність спільних інтересів, є ключовими для підтримки стабільності та задоволеності шлюбом. Результати дослідження підкреслюють важливість багатофакторного підходу до вивчення функціонування молодих сімей у кризовий період.

РОЗДІЛ 3
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ПОДОЛАННЯ АДАПТАЦІЙНОЇ КРИЗИ В МОЛОДІЙ СІМ'Ї

3.1. Розробка програми психологічної підтримки молодого подружжя

Адаптаційна криза є ключовим викликом для молодих сімей, оскільки цей період визначає основу їхнього подальшого функціонування. Соціальні, економічні та психологічні чинники, які впливають на молоде подружжя, ускладнюють гармонійне співіснування. Дослідження, проведене в межах даної кваліфікаційної роботи магістра, засвідчило важливість психологічної підтримки для зміцнення сімейних відносин і розвитку конструктивних стратегій поведінки молодого подружжя.

Метою програми є зниження емоційної напруги, розвиток комунікативних навичок і підтримка ролевої гнучкості у молодих сім'ях під час адаптаційного періоду, сприяючи гармонізації стосунків через впровадження психологічних технік.

Основні завдання програми:

1. Підвищення рівня емоційної підтримки між партнерами.Завдання полягає в розвитку здатності подружжя надавати один одному емоційну підтримку, що включає вміння вислухати, висловлювати розуміння та приймати почуття іншого. Це сприяє створенню довірливого середовища, яке допомагає подружжю долати стресові ситуації та зміцнювати взаємозв'язок.

2. Розвиток навичок конструктивної комунікації.Основна увага приділяється навчанню технік активного слухання, відкритого обговорення проблем та ефективного вирішення конфліктів. Учасники програми отримують практичні інструменти для уникнення непорозумінь, зниження напруження під час обговорення складних питань та досягнення компромісів,

що враховують інтереси обох партнерів [34, 56].

3. Формування гнучкого підходу до виконання сімейних ролей.Це завдання спрямоване на усвідомлення важливості рівноправного та адаптивного підходу до розподілу сімейних обов'язків. Програма допомагає подружжю переосмислити свої ролі, розвинути здатність до взаємозамінності у виконанні повсякденних завдань та сприяє встановленню справедливого балансу у відповідальностях.

4. Зниження конфліктності та підвищення задоволеності шлюбом.Завдяки освоєнню технік емоційної саморегуляції, розвитку взаємоповаги та вдосконаленню навичок співпраці партнери зможуть зменшити частоту конфліктів, підвищити здатність до їх конструктивного вирішення та зміцнити позитивний емоційний фон у шлюбі. Це, у свою чергу, сприяє підвищенню рівня задоволеності спільним життям [12, 23].

Програма базується на таких психотерапевтичних підходах:

1. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ). Основою цього підходу є робота з деструктивними переконаннями, які можуть спричиняти конфлікти чи погіршувати емоційний стан подружжя. У рамках програми партнери навчаються ідентифікувати негативні думки про себе, партнера або стосунки загалом. Додатково акцент робиться на зміні поведінкових моделей, які перешкоджають ефективній комунікації та створюють напруженість. Наприклад, учасники опановують техніки для подолання автоматичних негативних реакцій, що сприяє формуванню конструктивного підходу до вирішення проблем.

2. Емоційно-фокусована терапія. Цей підхід орієнтований на зміцнення емоційного зв'язку між партнерами шляхом усвідомлення їхніх почуттів, страхів та потреб. Програма сприяє розвитку навичок вираження емоцій, навчання підтримувати емоційну близькість та формування почуття безпеки у відносинах. Завдяки цьому партнери зможуть створити більш стабільний емоційний зв'язок, що є основою для вирішення конфліктів і досягнення гармонії в шлюбі.

3. Сімейна системна терапія. Сім'я розглядається як система, у якій кожен впливає на загальну динаміку взаємин. Програма допомагає подружжю зрозуміти вплив індивідуальних дій, рішент та емоційних реакцій на сімейну атмосферу. Особлива увага приділяється виявленню дисфункціональних елементів системи (перекладання відповідальності чи нерівномірний розподіл ролей) та пошуку шляхів для відновлення балансу. Такий підхід сприяє покращенню комунікації та зміцненню сімейної єдності [24, 48].

Програма складається із семи послідовних етапів, кожен із яких включає теоретичний компонент, практичні вправи, обговорення результатів і рефлексію отриманого досвіду (табл. 3.13).

Таблиця 3.13

Етапи програмипсихологічної підтримки молодого подружжя

Етап програми	Теоретичний компонент	Практична вправа	Очікувані результати
1. Розуміння адаптаційної кризи	Поняття адаптаційної кризи, її етапи та ознаки.	«Карта викликів» – визначення основних труднощів та підходів до їх вирішення.	Учасники розуміють вплив адаптаційної кризи на стосунки.
2. Формування комунікативних навичок	Принципи ефективної комунікації («Я-висловлювання», уникнення критики).	«Діалог без оцінок» – використання конструктивних моделей висловлення почуттів.	Зниження емоційного напруження, покращення якості взаємодії.
3. Емоційна підтримка в шлюбі	Емоційна підтримка як основа гармонії; види підтримки.	«Скринька добрих слів» – обмін позитивними повідомленнями.	Зміцнення емоційного зв'язку між партнерами.
4. Гармонізація сімейних ролей	Типологія сімейних ролей, їх вплив на взаємини.	«Обмін ролями» – зміна обов'язків на один день і обговорення результатів.	Підвищення взаєморозуміння, гнучкість у виконанні ролей.
5. Робота з конфліктами	Стратегії поведінки в конфліктах (за К. Томасом).	«Пошук спільних інтересів» – визначення спільних цілей у конфліктних ситуаціях.	Зменшення конфліктності, формування конструктивних стратегій.
6. Планування сімейного бюджету	Відсутній (акцент на практичній вправі).	«Фінансовий план на місяць» – спільне створення бюджету.	Уміння уникати фінансових конфліктів, раціональне використання ресурсів.
7. Підсумкова сесія	Відсутній (підведення підсумків програми).	«Сімейна мрія» – опис бажаного майбутнього сім'ї через 5 років.	Формування спільного бачення майбутнього, закріплення навичок.

Джерело: складено авторомна основі [35, 129; 59, 73]

1. Розуміння адаптаційної кризи.Метою першого етапу є ознайомлення учасників із концепцією адаптаційної кризи, її причинами та можливими наслідками для подружніх стосунків. Цей етап покликаний допомогти парам усвідомити, що труднощі, які виникають у шлюбі на початкових етапах, є природними та такими, що піддаються вирішенню. Учасники дізнаються, як адаптаційна криза впливає на їхні взаємини та яким чином її можна подолати.

Під час теоретичного блоку учасникам пояснюють поняття адаптаційної кризи, її етапи та типові ознаки. Учасники вивчають основні фактори, які можуть загострювати кризові явища, зокрема соціально-економічні, психологічні та комунікаційні аспекти. Особливу увагу приділяють методам раннього виявлення кризових проявів у стосунках.

Практична вправа «Карта викликів» допомагає партнерам систематизувати труднощі, з якими вони стикаються, та оцінити їхню значимість. Під час виконання завдання партнери окремо визначають основні проблеми у стосунках, а потім обговорюють їх разом, ранжуючи за важливістю. Учасники вчаться знаходити спільні підходи до вирішення виявлених труднощів, що сприяє зниженню напруження.

Очікувані результати: підвищення усвідомлення подружжям природи кризових явищ, формування готовності до їх конструктивного подолання, створення основи для відкритого діалогу про труднощі у стосунках [23, 58].

2. Формування комунікативних навичок. На цьому етапі основна увага приділяється вдосконаленню комунікативної взаємодії між партнерами. Учасники засвоюють принципи активного слухання, уникнення звинувачень і критики, а також методи конструктивного вирішення конфліктів. Цей етап дозволяє подружжю покращити якість взаємодії та знизити рівень емоційного напруження.

Учасники знайомляться з принципами ефективної комунікації, включаючи використання «Я-висловлювань», які допомагають уникати звинувачень, висловлюючи свої потреби та почуття. Розглядаються типові бар’єри у спілкуванні та методи їх подолання. Особлива увага приділяється

уникненню критики, яка часто провокує конфлікти.

У вправі «Діалог без оцінок» партнери обговорюють конкретну ситуацію, що спричинила напруження, використовуючи «Я-висловлювання» та конструктивні моделі комунікації. Учасники тренуються висловлювати свої думки і почуття, уникаючи звинувачень і оцінювальних суджень, а також слухати партнера з емпатією.

Очікувані результати: зниження рівня емоційного напруження, покращення якості комунікації, формування навичок конструктивного діалогу та запобігання конфліктам. Учасники починають краще розуміти один одного та вчаться ефективно співпрацювати у вирішенні складних ситуацій [35, 130].

3. Емоційна підтримка в шлюбі. На третьому етапі основна увага приділяється розвитку навичок взаємної емоційної підтримки між партнерами, що є основою гармонійних і стабільних стосунків. Учасники вчаться краще розуміти потреби та цінності одне одного, усвідомлюючи важливість психологічної підтримки у подоланні складних життєвих ситуацій.

Подружжю пояснюється значення емоційної підтримки як фундаменту сімейної гармонії. Учасники вивчають основні види підтримки, зокрема емоційну, практичну та інформаційну, розглядаючи їхній вплив на зміцнення стосунків. Також аналізуються приклади проявів підтримки у повсякденному житті, акцентуючи увагу на важливості її регулярного застосування.

Практична вправа «Скринька добрих слів» допомагає партнерам зміцнити емоційний зв’язок. Учасники пишуть одне одному короткі позитивні повідомлення, які підкреслюють їхню вдячність, повагу або захоплення. Після цього вони зачитують ці повідомлення уголос, що сприяє створенню теплої атмосфери та розвитку почуття близькості.

Очікувані результати: підвищення рівня взаємної підтримки, зміцнення емоційного зв’язку між партнерами, покращення загального психологічного клімату в сім’ї. Учасники починають глибше розуміти важливість підтримки

та активніше використовують її у щоденній взаємодії [1, 208].

4. Гармонізація сімейних ролей. На четвертому етапі акцент робиться на гармонізації розподілу сімейних ролей та формуванні навичок взаємозамінності у виконанні обов’язків. Учасники аналізують, як розподіл ролей впливає на їхні взаємини, та вчаться знаходити оптимальний баланс у відповідальностях, враховуючи потреби й можливості кожного партнера.

Парам пояснюють різні типи сімейних ролей, зокрема лідерські, виконавські та підтримуючі, а також їхній вплив на загальну динаміку взаємодії. Учасники знайомляться з поняттям гнучкості у виконанні ролей, що дозволяє партнерам краще адаптуватися до змін у сімейному житті.

Практична вправа «Обмін ролями» сприяє усвідомленню важливості зусиль кожного партнера. Протягом одного дня партнери змінюються обов’язками, виконуючи ті завдання, які зазвичай належать до сфери відповідальності іншого. Після завершення вправи вони обговорюють свої враження, оцінюють новий досвід і визначають шляхи для покращення розподілу обов’язків.

Очікувані результати: підвищення розуміння важливості сімейних ролей, зниження напруження через нерівномірний розподіл обов’язків, формування навичок гнучкості та взаємної підтримки у виконанні ролей. Учасники стають більш відкритими до співпраці, що сприяє гармонії в стосунках [30, 332].

5. Робота з конфліктами. На п’ятому етапі програма спрямована на розвиток навичок ефективного вирішення конфліктів і зменшення рівня напруженості у стосунках. Парам надають знання про різні стратегії поведінки в конфліктах і допомагають усвідомити, як їхній вибір впливає на динаміку взаємин. Цей етап дозволяє партнерам знайти конструктивні способи розв’язання суперечок, які сприяють зміцненню їхніх стосунків.

Учасники вивчають п'ять основних стратегій поведінки в конфліктах, визначених К. Томасом: конкуренцію, співпрацю, компроміс, уникнення та пристосування. Особлива увага приділяється аналізу кожної стратегії, її

сильних і слабких сторін, а також ситуацій, у яких її використання є найбільш доцільним. Учасникам пропонується оцінити, які стратегії вони зазвичай застосовують у своїх стосунках, і розглянути можливість їхньої адаптації для досягнення гармонії.

Практична вправа «Пошук спільних інтересів» допомагає партнерам зрозуміти, що навіть у конфліктних ситуаціях вони можуть знайти точки дотику, які об'єднують їхні цілі. Учасники аналізують останній конфлікт і формують спільні цілі, які можуть допомогти у його вирішенні. Це сприяє переосмисленню конфлікту як можливості для розвитку стосунків, а не джерела напруження.

Очікувані результати: зниження конфліктності, підвищення здатності до конструктивного вирішення суперечок, розвиток співпраці та взаєморозуміння між партнерами. Подружжя стає більш відкритим до обговорення проблем та знаходження спільних рішень [74, 109].

6. Планування сімейного бюджету. На шостому етапі учасники отримують практичні навички у сфері планування сімейного бюджету, що є важливим аспектом стабільності у шлюбі. Мета етапу – допомогти парам уникати фінансових суперечок і навчитися ефективно розподіляти ресурси з урахуванням потреб обох партнерів.

Під час заняття парам пояснюється важливість спільного фінансового планування як інструменту запобігання конфліктам. Учасники дізнаються про основні принципи складання бюджету, аналізу витрат і визначення фінансових пріоритетів. Їм також пропонуються поради щодо того, як враховувати індивідуальні фінансові цілі у спільному плануванні.

Практична вправа «Фінансовий план на місяць» дає можливість парам створити бюджет, враховуючи основні статті доходів і витрат, а також плануючи заощадження на майбутнє. Партнери спільно аналізують, які витрати є першочерговими, а які можуть бути скориговані. Це сприяє формуванню навичок раціонального розподілу ресурсів і запобігає виникненню фінансових конфліктів.

Очікувані результати: покращення фінансової грамотності, підвищення здатності до спільного прийняття фінансових рішень, зниження ймовірності конфліктів через гроші [64, 432].

7. Підсумкова сесія. На сьомому, завершальному етапі програми учасники підбивають підсумки, аналізують досягнуті результати та формують своє бачення майбутнього. Цей етап допомагає закріпити отримані знання та навички, а також визначити шляхи подальшого розвитку взаємин.

Парам пропонують оцінити, як програма вплинула на їхні стосунки, та виділити аспекти, які вони вважають найбільш корисними. Важливим елементом цього етапу є формування довгострокових цілей, які сприятимуть зміцненню їхніх взаємин і забезпеченню стабільності у шлюбі.

Практична вправа «Сімейна мрія» допомагає партнерам створити спільне бачення майбутнього. Учасники описують, якою вони бачать свою сім'ю через п'ять років, і визначають кроки для досягнення цієї мети. Вони обговорюють можливі труднощі, які можуть виникнути, та шляхи їхнього подолання, що сприяє формуванню реалістичних очікувань. Ця вправа підкреслює важливість спільних цінностей, зміцнюючи партнерство через усвідомлення єдності цілей.

Очікувані результати: формування спільного бачення майбутнього, зміцнення партнерства, закріплення отриманих знань і навичок. Учасники залишають програму з чітким розумінням подальших кроків для розвитку гармонійних і стабільних стосунків [15, 19].

Таким чином, розроблена програма психологічної підтримки дозволить молодому подружжю ефективно долати виклики адаптаційної кризи завдяки вдосконаленню комунікативних навичок, розвитку емоційної підтримки та гармонізації сімейних ролей. Залучення теоретичних знань і практичних вправ, таких як «Карта викликів» чи «Сімейна мрія», допомагає інтегрувати здобуті навички у повсякденне життя. Крім того, програма надає інструменти для адаптації до змінних умов, сприяючи розвитку гнучкості у взаємодії партнерів. Дана програма сприяє зниженню емоційного напруження,

вирішенню конфліктів та формуванню рівноправного підходу до розподілу обов'язків. Вона допоможе подружжю не лише подолати кризові явища, але й закласти фундамент для довготривалих гармонійних стосунків, забезпечуючи стабільність і задоволеність у шлюбі.

3.2. Оцінка ефективності програми психологічної підтримки у подоланні адаптаційної кризи

Після впровадження програми психологічної підтримки, спрямованої на подолання адаптаційної кризи в молодих сім'ях, було проведено повторне дослідження серед тих самих 20 сімейних пар, які брали участь у першому етапі. Метою оцінки було визначити, наскільки програма вплинула на рівень згуртованості, адаптації, емоційної підтримки та задоволеності шлюбом. Особливу увагу приділяли аналізу змін у комунікативних навичках, здатності ефективно вирішувати конфлікти та розподіляти сімейні ролі. Отримані результати дозволили порівняти початкові та підсумкові показники, що забезпечило можливість оцінити ефективність програми та її вплив на гармонізацію сімейних стосунків. Зібрані дані також допомогли визначити найбільш дієві елементи програми та рекомендації для її подальшого вдосконалення.

Для оцінки ефективності програми було використано ті ж самі адаптовані методики, що й на попередньому етапі, які дозволяють отримати комплексне уявлення про динаміку змін у сімейних стосунках:

1. Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3) для оцінки рівня взаємодії між партнерами.

2. Шкала задоволеності шлюбом (MSS) для визначення рівня задоволеності взаєминами.

3. Методика «Сімейні ролі» для аналізу змін у сприйнятті функціонально-рольової структури.

4. Метод оцінки схильності до конфліктної поведінки (К. Томаса) для оцінки змін у стратегіях вирішення конфліктів.

Результати після впровадження програми було порівняно з початковими показниками за методикою FACES-3. Для цього було підраховано середні бали до та після участі в програмі, а також проаналізовано відсоткові зміни рівня згуртованості (табл. 3.14).

Таблиця 3.14

Результати за методикою FACES-3 до та після впровадження програми

Сім’я	Загальні бали до програми	Загальні бали (після)	Рівень згуртованості до програми	Рівень згуртованості після програми	Зміна рівня (%)
Сім’я 1	56	72	Високий	Високий	+28,6
Сім’я 2	48	65	Середній	Високий	+35,4
Сім’я 3	35	52	Низький	Середній	+48,6
Сім’я 4	52	68	Високий	Високий	+30,8
Сім’я 5	50	64	Середній	Високий	+28,0
Сім’я 6	33	49	Низький	Середній	+48,5
Сім’я 7	47	62	Середній	Високий	+31,9
Сім’я 8	58	74	Високий	Високий	+27,6
Сім’я 9	40	58	Середній	Високий	+45,0
Сім’я 10	53	70	Високий	Високий	+32,1
Сім’я 11	49	66	Середній	Високий	+34,7
Сім’я 12	37	54	Середній	Середній	+45,9
Сім’я 13	28	44	Низький	Середній	+57,1
Сім’я 14	55	71	Високий	Високий	+29,1
Сім’я 15	45	61	Середній	Високий	+35,6
Сім’я 16	41	57	Середній	Високий	+39,0
Сім’я 17	34	50	Низький	Середній	+47,1
Сім’я 18	39	56	Середній	Середній	+43,6
Сім’я 19	51	67	Високий	Високий	+31,4
Сім’я 20	36	53	Середній	Середній	+47,2

Джерело: складено автором

Аналіз табл. 3.14 показав суттєве покращення рівня згуртованості після участі в програмі психологічної підтримки, спрямованої на подолання адаптаційної кризи. Зокрема, 60% сімей, які демонстрували середній рівень згуртованості до програми, змогли досягти високого рівня після її

завершення. Усі пари з низьким рівнем згуртованості перейшли до середнього, що свідчить про позитивні зміни в їхніх взаєминах. Окрім цього, сім'ї з початково високим рівнем згуртованості також зазнали якісних покращень, що проявилося в більшій стабільності емоційних зв'язків і зменшенні напруженості у стосунках.

Загальне підвищення балів за шкалою FACES-3, що в середньому становило понад 35%, підтверджує ефективність розроблених методик. Особливо помітними були зміни у сім'ях, які до участі в програмі мали низький рівень згуртованості: зростання їхніх показників у деяких випадках перевищувало 50%. Це свідчить про те, що програма сприяла не лише зниженню конфліктності, а й формуванню більш гармонійних взаємин між партнерами.

Таким чином, результати аналізу підтверджують, що впровадження програми позитивно вплинуло на рівень адаптації та згуртованості в молодих сім'ях. Це дозволяє говорити про практичну значущість програми як дієвого інструменту для подолання адаптаційної кризи.

Також було проведено повторне оцінювання схильності особистості до конфліктної поведінки у тих самих 20 сімейних парах, що брали участь у попередньому етапі. Результати аналізу зміненої динаміки використання стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях наведені в табл. 3.15.

Таблиця 3.15

Результати дослідження за методикою К. Томаса до та після впровадження програми психологічної підтримки

Сім'я	Конкуренція до	Конкуренція після	Співпраця до	Співпраця після	Компроміс до	Компроміс після	Уникнення до	Уникнення після	Пристосування до	Пристосування після
Сім'я 1	6	4	9	11	7	8	5	3	3	2
Сім'я 2	4	3	8	10	8	9	6	4	4	3
Сім'я 3	7	5	6	8	5	7	8	6	4	3
Сім'я 4	5	3	9	12	7	9	4	2	3	2

Продовження таблиці 3.15

Сім’я 5	6	4	8	10	7	8	6	3	4	3
Сім’я 6	8	6	5	7	6	7	7	5	4	3
Сім’я 7	5	4	7	9	6	8	4	3	8	5
Сім’я 8	5	3	9	12	8	9	6	3	3	2
Сім’я 9	4	3	6	9	7	8	5	4	8	6
Сім’я 10	6	4	8	10	7	9	4	2	5	3
Сім’я 11	4	3	7	9	6	8	5	3	6	4
Сім’я 12	8	6	5	7	5	6	7	5	4	3
Сім’я 13	7	5	6	8	5	7	8	6	4	3
Сім’я 14	5	3	8	10	7	8	4	2	6	4
Сім’я 15	6	4	7	9	7	8	5	3	5	3
Сім’я 16	5	4	7	9	8	9	4	3	6	4
Сім’я 17	7	5	5	7	6	8	7	5	4	3
Сім’я 18	4	3	8	10	8	9	5	3	5	3
Сім’я 19	6	4	9	11	7	9	4	2	4	3
Сім’я 20	5	3	6	9	7	8	6	4	5	3

Джерело: складено автором

Проведене повторне оцінювання схильності до конфліктної поведінки у 20 молодих подружніх парах після впровадження програми психологічної підтримки виявило суттєві позитивні зміни у виборі стратегій вирішення конфліктів. Результати дослідження демонструють зниження рівня конкуренції та уникнення, які до впровадження програми домінували в багатьох сім’ях, особливо в тих, які стикалися з високим рівнем напруги у стосунках. Ці стратегії поступово були замінені більш конструктивними підходами – співпрацею та компромісом, що свідчить про покращення здатності подружніх пар відкрито обговорювати проблеми та знаходити спільні рішення.

Співпраця, яка є найбільш ефективною стратегією для гармонізації стосунків, після участі в програмі стала домінуючою в 90% сімей. Це свідчить про розвиток взаєморозуміння між партнерами, їхнє прагнення враховувати інтереси одне одного та спільно вирішувати проблеми. Значне підвищення рівня співпраці спостерігалося у сім’ях із великих міст, таких як

Київ, Львів та Харків, де доступ до ресурсів психологічної підтримки та освіти сприяв зміцненню партнерських відносин.

Зниження рівня конкуренції та уникнення у більшості сімей свідчить про зменшення конфліктності та готовність партнерів шукати компроміси. Особливо це було помітно у сім'ях, які раніше демонстрували високий рівень конкуренції, як-от у Запоріжжі та Миколаєві. Ці зміни вказують на зростання емоційної зрілості партнерів та їхню здатність уникати ескалації конфліктів, що створило сприятливі умови для стабілізації взаємин.

Таким чином, результати дослідження підтвердили ефективність програми у зниженні напруги та розвитку конструктивних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Підвищення рівня співпраці та компромісу значно покращило психологічний клімат у молодих сім'ях, сприяючи їхній адаптації до викликів адаптаційної кризи.

Результати за методикою MSS продемонстрували підвищення рівня задоволеності шлюбом. Сім'ї з дуже високим рівнем задоволеності відзначали стабільність у стосунках, високий рівень взаємопідтримки та гармонії (табл. 3.16).

Аналіз результатів дослідження за методикою MSS показав значне підвищення рівня задоволеності шлюбом після впровадження програми психологічної підтримки молодого подружжя. Середній рівень задоволеності зріс у всіх досліджуваних сім'ях, що підтверджує ефективність програми у створенні сприятливих умов для гармонізації взаємин.

Таблиця 3.16

Результати дослідження за методикою MSS до та після впровадження програми психологічної підтримки молодого подружжя

Сім'я	До програми	Після програми	Зміна рівня задоволеності (%)
Сім'я 1 (м. Київ)	88	95	+8,0
Сім'я 2 (м. Львів)	76	88	+15,8
Сім'я 3 (м. Одеса)	58	72	+24,1
Сім'я 4 (м. Харків)	82	92	+12,2
Сім'я 5 (м. Дніпро)	74	86	+16,2
Сім'я 6 (м. Запоріжжя)	56	70	+25,0

Продовження таблиці 3.16

Сім’я 7 (м. Вінниця)	84	94	+11,9
Сім’я 8 (м. Черкаси)	90	98	+8,9
Сім’я 9 (м. Полтава)	62	78	+25,8
Сім’я 10 (м. Житомир)	85	93	+9,4
Сім’я 11 (м. Чернівці)	72	85	+18,1
Сім’я 12 (м. Херсон)	54	68	+25,9
Сім’я 13 (м. Миколаїв)	40	58	+45,0
Сім’я 14 (м. Рівне)	86	96	+11,6
Сім’я 15 (м. Кропивницький)	78	89	+14,1
Сім’я 16 (м. Тернопіль)	67	82	+22,4
Сім’я 17 (м. Луцьк)	50	68	+36,0
Сім’я 18 (м. Ужгород)	72	84	+16,7
Сім’я 19 (м. Івано-Франківськ)	87	96	+10,3
Сім’я 20 (м. Суми)	60	76	+26,7

Джерело: складено автором

Найбільший приріст було зафіксовано у сім’ях, які мали низький початковий рівень задоволеності шлюбом. Наприклад, сім’я з Миколаєва (40 балів до програми) після участі в програмі продемонструвала підвищення до 58 балів, що свідчить про якісні зміни у сприйнятті стосунків і взаємній підтримці партнерів.

Сім’ї з дуже високим рівнем задоволеності шлюбом, такі як сім’ї з Черкас та Рівного, відзначали стабільність у стосунках, високу емоційну підтримку та збереження гармонійних стосунків навіть після участі в програмі. Це свідчить про те, що програма допомогла не лише покращити взаємини у кризових сім’ях, а й закріпити позитивні динаміки у тих, які спочатку мали високі показники. Загалом, найбільший вплив програми спостерігався у покращенні ключових аспектів шлюбного життя, таких як спілкування, підтримка, спільні цінності та здатність до вирішення конфліктів.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що участь у програмі позитивно впливає на рівень задоволеності шлюбом, створюючи умови для емоційної близькості та стабільності у стосунках. Це дозволяє зробити висновок про її значущість для подолання адаптаційної кризи у

молодих сім’ях та формування стійкої основи для подальшого розвитку подружніх відносин.

Результати дослідження за методикою «Сімейні ролі» показали значне покращення розподілу обов’язків у сім’ях після впровадження програми психологічної підтримки. У більшості сімей спостерігається тенденція до більш рівномірного виконання ключових ролей, що сприяло зниженню напруження в побутових і фінансових питаннях. Наприклад, роль лідера, яка раніше була переважно закріплена за одним із партнерів, тепер у багатьох сім’ях виконується обома партнерами. Це свідчить про формування партнерського стилю взаємин, який підвищує задоволеність шлюбом і створює відчуття рівності.

Емоційна підтримка стала більш збалансованою в багатьох сім’ях. До програми основний тягар цієї ролі нерідко лягав на одного з партнерів, що викликало емоційне перевантаження та дисбаланс у стосунках. Після впровадження програми обидва партнери почали брати активну участь у створенні комфортного психологічного середовища, що суттєво зміцнило емоційну близькість і довіру. Також значно покращився підхід до фінансового планування: у половині сімей фінансові питання тепер вирішуються спільно. Це допомагає уникнути конфліктів і забезпечує більшу стабільність у відносинах.

Одним із найпомітніших досягнень програми стало більш рівномірне розподілення обов’язків у догляді за дітьми. Раніше ця роль часто виконувалася лише одним із партнерів, що створювало додаткове навантаження та напруження. Тепер догляд за дітьми у більшості сімей став спільною відповідальністю, що позитивно вплинуло на гармонію у взаєминах. Крім того, у багатьох сім’ях зросла здатність партнерів конструктивно вирішувати конфлікти. Роль конфліктного модератора, яка раніше була переважно закріплена за одним із партнерів, тепер у половині сімей виконується обома, що свідчить про покращення комунікації та здатності знаходити компроміси.

У додатку Е представлено узагальнені результати дослідження за методикою «Сімейні ролі», які демонструють зміни у розподілі обов'язків та виконанні ключових функцій у сім'ях після реалізації програми психологічної підтримки.

Результати дослідження підтвердили, що впровадження програми психологічної підтримки позитивно вплинуло на рівень згуртованості, комунікації, задоволеності шлюбом та розподіл сімейних ролей у молодих сім'ях. Зокрема, спостерігалося суттєве зниження конфліктності, підвищення емоційної близькості та гармонізації сімейних стосунків.

Отримані дані підтверджують практичну значущість програми як ефективного інструменту для підтримки молодих сімей у період адаптаційної кризи. Завдяки розробленим методикам, сімейні пари змогли досягти більшої стабільності, довіри та емоційного комфорту, що створює міцний фундамент для подальшого розвитку стосунків. Це підкреслює доцільність впровадження програми у ширшу практику психологічної допомоги, особливо у сім'ях, які стикаються з подібними викликами.

На основі отриманих результатів можна запропонувати такі рекомендації для практичної роботи психологів із молодими сім'ями:

1. Розпочинати роботу з діагностики рівня згуртованості, комунікації та задоволеності шлюбом із врахуванням індивідуальних особливостей. Використовувати методики FACES-3 та MSS для виявлення проблемних аспектів.

2. Зосередитися на розвитку комунікативних навичок і вмінні вирішувати конфлікти через тренінги та моделювання ситуацій, що сприятиме довірі та взаєморозумінню.

3. Підтримувати рівномірний розподіл обов'язків у сім'ї шляхом спільного планування побутових, емоційних та фінансових завдань.

4. Робота з сім'ями з високою конфліктністю має включати методики для зниження конкуренції та формування співпраці та компромісу.

5. Використовувати вправи для розвитку емпатії, емоційної підтримки та зрілості для зміцнення емоційної близькості між партнерами.

6. Організовувати семінари та групові консультації з питань адаптації до нових ролей, управління стресом і гармонізації стосунків.

7. Регулярно оцінювати динаміку змін за допомогою методик, застосованих на етапі діагностики, для коригування роботи.

8. Рекомендується масштабувати програму, забезпечуючи її доступність у центрах сімейної допомоги та психологічних службах [76, с. 403].

Результати дослідження підтвердили, що впровадження програми психологічної підтримки позитивно вплинуло на рівень згуртованості, комунікації, задоволеності шлюбом та розподіл сімейних ролей у молодих сім'ях. Зокрема, спостерігалося суттєве зниження конфліктності, підвищення емоційної близькості та гармонізації сімейних стосунків.

Сімейні пари, які брали участь у програмі, відзначали такі позитивні зміни: покращення у взаєморозумінні та здатності відкрито обговорювати проблеми; підвищення рівня партнерства, що проявляється у справедливому розподілі обов'язків; зменшення конфліктності та розвиток конструктивних стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях.

Програма довела свою ефективність не лише у вирішенні кризових аспектів, але й у закріпленні позитивних змін у сім'ях, які вже демонстрували стабільність і гармонійність. Це підкреслює її практичну значущість як ефективного інструменту для подолання адаптаційної кризи у молодих сім'ях.

Отримані результати створюють основу для подальшого вдосконалення програми та її масштабування з метою забезпечення підтримки молодих сімей у різних регіонах.

Отже, розроблена програма психологічної підтримки молодого подружжя стала ефективним засобом для подолання адаптаційної кризи, з якою стикаються молоді сім'ї. Завдяки комплексному підходу, що поєднував теоретичні знання та практичні вправи, програма дозволила зміцнити

емоційні зв’язки між партнерами, покращити комунікативні навички та гармонізувати сімейні ролі. Особлива увага приділялася розвитку взаємопідтримки, здатності до конструктивного вирішення конфліктів і рівноправного розподілу обов’язків. Використання когнітивно-поведінкової, емоційно-фокусованої терапії та системного підходу забезпечило комплексний вплив на динаміку сімейних стосунків. Завдяки цьому учасники програми здобули практичні інструменти для вирішення кризових ситуацій і закріпили нові моделі поведінки, спрямовані на створення гармонійних і стабільних взаємин.

Оцінка ефективності програми підтвердила її позитивний вплив на згуртованість, адаптацію та задоволеність шлюбом у молодих сім’ях. Результати дослідження свідчать про суттєві покращення у сімейній динаміці: зростання рівня співпраці, компромісу та емоційної підтримки. Показники згуртованості та задоволеності, за методиками FACES-3 і MSS, значно покращилися, що демонструє зміцнення довіри та взаєморозуміння між партнерами. Аналіз за методикою «Сімейні ролі» показав більш рівномірний розподіл обов’язків, який сприяв зниженню напруги в побутових питаннях. Зниження рівня конкуренції та уникнення, зафіксоване за методикою К. Томаса, засвідчило формування конструктивних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Загалом, програма довела свою практичну значущість як ефективний інструмент для підтримки молодих сімей у період адаптаційної кризи та створення основи для довготривалих гармонійних стосунків. Отримані результати створюють основу для подальшого вдосконалення програми та її масштабування з метою забезпечення підтримки молодих сімей.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі було визначено особливості уявлень молодого подружжя про функціонально-рольову структуру сім'ї в період адаптаційної кризи, а також розроблено психологічну програму підтримки, спрямовану на подолання цього кризового етапу. Це дало підстави зробити ряд висновків:

1. Функціонально-рольова структура сім'ї є фундаментом для розуміння динаміки сімейних стосунків і визначає, як члени родини виконують свої обов'язки, підтримують взаєморозуміння та сприяють гармонії у спільному житті. Теоретичне обґрунтування цього поняття базується на аналізі соціологічних, психологічних та культурологічних аспектів сімейних відносин. Кожна сім'я виконує певні функції, такі як виховна, матеріальна, комунікативна, емоційна та соціалізаційна, які формують її основу як соціального інституту.

Адаптаційна криза молодої сім'ї є важливим етапом її життєвого циклу, коли партнери проходять через процес інтеграції своїх особистісних та соціальних ролей. Вона виникає через конфлікт між очікуваннями та реальністю сімейного життя, зміною соціального статусу та необхідністю адаптуватися до нових обставин. Теоретичний аналіз дозволяє виділити ключові чинники цієї кризи, зокрема різницю в цінностях, гендерні стереотипи, соціальний тиск та матеріальні труднощі, що впливають на стабільність стосунків.

Таким чином, розуміння функціонально-рольової структури сім'ї та адаптаційної кризи є основою для розробки психологічних програм підтримки, які сприяють подоланню цього етапу та зміцненню подружніх відносин.

2. Уявлення про сімейні ролі у молодят формуються під впливом соціальних норм, особистісного досвіду та культурного контексту. Вони визначають, як партнери сприймають свої обов'язки у таких сферах, як

фінансове забезпечення, виховання дітей, управління побутом та емоційна підтримка. У період адаптаційної кризи ці уявлення часто зазнають змін через необхідність узгодження різних поглядів і очікувань.Часто молоді подружжя стикаються з конфліктом між традиційними гендерними стереотипами та сучасними моделями рівноправності, що ускладнює розподіл обов'язків. Наприклад, якщо чоловік очікує, що жінка виконуватиме всі побутові функції, тоді як жінка прагне кар'єрного зростання, це може стати джерелом напруги. Водночас уявлення про емоційну підтримку партнера також є важливими: якщо один із них недооцінює значення емоційного залучення, це може призводити до нерозуміння.

Таким чином, психологічні уявлення про сімейні ролі є важливим чинником адаптаційного процесу. Їх узгодження вимагає готовності до відкритого спілкування, взаємної підтримки та гнучкості у розподілі обов'язків.

3. Дослідження чинників, що впливають на формування уявлень про функціонально-рольову структуру сім'ї, виявило багатофакторну природу цього процесу. Соціально-економічні умови, такі як рівень доходу, економічна стабільність і регіональні особливості, значною мірою визначають характер взаємодії між партнерами та впливають на розподіл сімейних ролей. Психологічні аспекти, зокрема емоційна стійкість, рівень підтримки та здатність до компромісу, формують якість міжособистісної взаємодії та гармонізують рольову структуру. Культурно-освітні фактори, включаючи традиції та рівень освіти, сприяють адаптації до сучасних умов, підтримуючи ідеї рівноправності та партнерства. Якість комунікації та емоційна підтримка є ключовими елементами для розвитку гармонійних стосунків, забезпечуючи стабільність і задоволеність шлюбом. У складних умовах, таких як війна чи соціальні труднощі, ці фактори відіграють особливо важливу роль.

4. Розробка програми психологічної підтримки молодого подружжя базувалася на результатах дослідження чинників, що впливають на адаптаційну кризу, і включала когнітивно-поведінкові, емоційно-фокусовані

та сімейно-системні підходи. Програма складалася з семи етапів, спрямованих на вдосконалення комунікативних навичок, розвиток емоційної підтримки, зниження конфліктності, гармонізацію сімейних ролей та формування гнучкості у виконанні обов'язків. Практичні вправи, такі як «Карта викликів», «Скринька добрих слів» та «Сімейна мрія», інтегрували здобуті знання в повсякденне життя подружжя, сприяючи їхній адаптації до нових умов і стабілізації стосунків. Учасники програми відзначали зниження емоційного напруження, зростання задоволеності шлюбом, що підтверджує ефективність запропонованого підходу.

5. Апробація розробленої програми психологічної підтримки молодих сімей дозволила оцінити її вплив на взаємодію партнерів і зміцнення уявлень про сімейні ролі. Проведене дослідження продемонструвало значні покращення в рівнях згуртованості, задоволеності шлюбом, якості комунікації та гармонійності розподілу сімейних обов'язків. Зокрема, за результатами оцінки за методикою FACES-3, у 60% сімей, які мали середній рівень згуртованості, після впровадження програми досягнуто високого рівня. Водночас сім'ї з низьким рівнем згуртованості перейшли до середнього, а ті, що мали високий рівень, ще більше зміцнили свої взаємини. Окрім цього, використання методики К. Томаса виявило зниження рівня конкуренції та уникнення конфліктів, які були замінені більш конструктивними підходами, такими як співпраця та компроміс. Такі результати свідчать про практичну ефективність програми в гармонізації подружніх стосунків і формуванні більш стійкої основи для розвитку взаємин.

6. На основі отриманих результатів було розроблено рекомендації для психологів, які працюють із молодими сім'ями, з метою використання програми в практичній діяльності. Психологам рекомендується починати роботу з діагностики, використовуючи методики FACES-3, MSS та «Сімейні ролі». Основну увагу слід приділити розвитку комунікативних навичок, навчання технік активного слухання та ефективного вирішення конфліктів.

Важливим є також формування гнучкого підходу до розподілу сімейних обов’язків, який враховує індивідуальні особливості партнерів. Для зниження конфліктності пропонується використовувати елементи когнітивно-поведінкової та емоційно-фокусованої терапії. Організація семінарів і групових занять із питань емоційної підтримки та партнерства сприятиме профілактиці кризових ситуацій. Психологам слід впроваджувати програму на базі центрів сімейної допомоги, консультаційних служб і психологічних центрів, забезпечуючи її доступність для ширшого кола сімей. Регулярна оцінка результатів за допомогою адаптованих методик дозволить коригувати підходи та підвищувати ефективність програми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аргайл М. Психологія щастя: підручник. Харьков: ХНУ, 2017. 336 с.

2. Байлюк К. О. Портрет сучасної сім'ї: призначення родини у суспільстві. *Актуальні питання у сучасній науці*. 2023. Вип. 11(17). С. 752-765.

3. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій. Київ: Академвидав, 2009. 304 с.

4. Бондарчук О.Й. Психологія сім'ї. Харків : Вид-во НУА, 2016. 386 с.

5. Бужинська С.М., Губанова О.В. Сімейні конфлікти: причини виникнення та засоби психологічної допомоги: навч.посіб. Харків, 2020. 136 с.

6. Васильченко О.М. Діагностика та корекція репродуктивної поведінки особистості: навчально-методичне видання. Київ: 2012. 96 с.

7. Вахоцька І., Безвіконна К. Уявлення молоді про сімейні ролі. *Soft skills – невід'ємні аспекти розвитку та формування конкурентоспроможності сучасних студентів*: матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції (Умань, 10 травня 2024 р.). Умань, 2024. С. 29-32.

8. Венгер Г. С. Психологічні особливості рольових стосунків у дистантних сім'ях.*Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 27. С. 103-116.

9. Вінс В. А., Кашпур Ю. М., Кузьменко Т. М. Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування.*Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 2022. Вип. 1. С. 42-46.

10. Гірник А. М. Основи конфліктології. Київ: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2010. 222 с.

11. Горецька О.В. Психологія сім'ї : навчальний посібник для студентів спеціальності «Практична психологія», «Початкова освіта». Бердянськ : Видавець Ткачук О.В., 2015. 216 с.

12. Дніпрова О. А. Трансформація подружніх стосунків у молодих сім'ях.*Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія».Педагогічні науки.* 2018. Вип. 1 (15). С. 21-25.

13. Долинська Л. Психологія конфлікту. Київ: Каравела, 2017. 304 с.

14. Доменюк І. В. Особливості рольової структури сучасної сім'ї. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості* : збірник наукових праць за матеріалами VI Міжнародної науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів / редак. колегія : С. І. Бабатіна, В. В. Мойсеєнко, І. І. Чиньона та ін. Херсон : ФОП Вишемирський В.С., 2021. С. 107-110.

15. Євсюкова А. О. Міжособистісна взаємодія молодого подружжя. *Теорія і практика сучасної психології*. 2016. Вип. 1. С. 16-21.

16. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. *Психологія і особистість*. 2016. Вип. 1 (9). С. 129-138.

17. Іванова І. Ф. Гендерні стереотипи розподілу сімейних ролей в українській родині. *Наукові праці. Соціологія*. 2015. Вип. 246. Том 258. С. 169-174.

18. Кадебська Е., Фаловська І. Соціальна роль сім'ї як системи та її структурна характеристика. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія.* 2023. № 1(57). С. 18-23.

19. Капська А. Й., Вайнола Р. Х., Петрочко Ж. В. Молода сім'я: проблеми та умови її становлення. Київ : ДЦССМ, 2003. 184 с.

20. Каретна О.О. Гендерні стереотипи в інституті сім'ї в сучасному суспільстві*Науковий журнал «Габітус».* 2021. №24. С. 35-38.

21. Карпова Д. Є. Психологічний зміст та функції уявлень студентської молоді про сімейні ролі шлюбних партнерів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки*. Херсон: ВД «Гельветика», 2017. Вип. 2, Т. 2. С. 8-14.

22. Карпова Д. Є., Потапчук Є. М. Особливості розподілу сімейних ролей за основними функціями сім'ї. *Sciences of Europe*. 2021. Вип. 63. С. 48-51.

23. Кісарчук З. Г., Єрмусевич О. І. Психологічна допомога сім'ї: навч. посіб. Київ: Главник, 2006. 127 с.

24. Кляпець О. Я., Ларіна Т. О. Підготовка молоді до подружнього життя: методичні рекомендації. Київ: Міленіум, 2009. 104 с.

25. Корольчук М. С. Психологія сімейних відносин: підручник. Київ: Академвидав, 2015. 192 с.

26. Котлова Л.О. Сімейні труднощі нарізних етапах життєвого циклу сім'ї. *Publishing Center of the European Association of pedagoguesand psychologists «Science»*. Prague, 2014. Vol. 2. P. 176-182.

27. Котлова Л. О. Проблема конфліктності в молодій сім'ї в період первинної адаптації. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія.*2014. Вип. 41. С. 391-396.

28. Котлова Л. О., Безверхня К. О.Психологічні особливості копінг-стратегій подружжя в період адаптаційної кризи. *Теорія і практика сучасної психології.* 2018. Вип. (4). С. 85-90.

29. Крамченкова В.О. Психологія сім'ї. Х.: Нове слово, 2010. 238 с.

30. Крамченкова В. О. Ціннісні орієнтації подружжя як чинник психологічного здоров'я сім'ї. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 33. С. 327-338.

31. Крамченкова В. О., Устінова П. С. Особливості міжособистісних взаємин та переживання адаптаційної кризи в молодій сім'ї.*Science and society: modern trends in a changing world*: Proceedings of XI International Scientific and Practical Conference. Vienna, Austria: MDPC Publishing, 2024. С. 197-202.

32. Крамченкова В. О., Устінова П. С. Теоретичні основи адаптаційної кризи в молодій сім'ї.*Modern research in science and education*: Proceedings of XI International Scientific and Practical Conference (June 27-29, 2024). Chicago, USA, 2024. С. 265-270.

33. Ляшенко Н. О. Подружні ролі в молодіжній сім'ї. *Український соціум*. 2007. Вип. 1(18). С.16-23.

34. Магдисюк Л., Замелюк М., Беспарточна О., Борбич Н. Психологічна допомога дитині та сім'ї: практикум. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 280 с.

35. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування: навч. посіб. Київ: Вид. дім «Персонал», 2015. 304 с.

36. Марценюк М. О. Психологія сім'ї. Мукачево: Вид-во МДУ, 2016. 94 с.

37. Мельник Є. Н. Вплив життєвих цінностей подружжя на психологічне здоров'я сім'ї.*Матеріали VI Всеукраїнських психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів» за темою «Підтримка психологічного здоров'я особистості в умовах війни»*. Умань: УДПУ імені Павла Тичини. 2023. С. 137-139.

38. Моржевська Т. Психологічна характеристика функціонально-рольової структури сім'ї. *Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації*: матеріали ІІ Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, Західноукраїнський національний університет, 3-4 листопада 2023 р.). Тернопіль: ЗУНУ, 2023. С. 171-174.

39. Муляр Н. Актуальні проблеми сучасної української сім'ї у контексті морально-етичного виховання. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2016. Вип. 16. С. 359-364.

40. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодої сім'ї : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.

41. Онищенко Г. І., Хоружий С. М. Рольова взаємодія в молодій сім'ї. *Проблеми загальної та педагогічної психології.* 2003. Т.5. Ч.7. С.191-197.

42. Поліщук В. М. Психологія сім'ї: підручник. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с.

43. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.

44. Портяна О. В. Специфіка адаптації молодого подружжя під час кризових періодів.*Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 11. С. 698-707.

45. Потапчук Є. М., Карпова Д.Є. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя: довідник сімейного психолога. Хмельницький: Видавництво «Polyluxdesign&print», 2021. 52 с.

46. Потапчук Є. М., Карпова Д. Є. Моделі поведінки подружжя в реалізації основних сімейних функцій. Габітус. 2021. Вип. 21. С. 268-274.

47. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с.

48. Рішко Л. І. Вплив рольових очікувань на характер сімейного спілкування подружжя. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота».* 2011. Вип. 23. С. 147-149.

49. Римаренко І. В. Зміна шлюбно-сімейних відносин в Україні. *Науковий огляд*. 2019. Т. 6. № 59. С. 28-44.

50. Сімейний кодекс України: Закон України № 2947-III від 10.01.2002 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14#Text(дата звернення: 18.10.2024).

51. Седих К. В. Психологія сім'ї : навч. посіб. Київ : ВЦ «Академія», 2015. 192 с.

52. Сова М.О., Дєніжна С. О. Психологія сім'ї: Навчальний посібник. Київ : 2014. 212 с.

53. Стахова О. О., Драгальчук А. П. Психологічні особливості розвитку в студентської молоді уявлень про функціонально-рольову структуру сучасної сім'ї. *Світ наукових досліджень*: матеріали міжнародної наукової інтернет-конференції з економіки, інформаційних систем і технологій, психології та педагогіки. Тернопіль, 2022. Вип. 9. С. 65-66.

54. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навчальний посібник. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.

55. Сунгурова С. Р. Адаптація молодого подружжя до сімейного життя. *Вісник Національного університету оборони України.* 2014. Вип. 2. С. 302-305.

56. Сурякова М. В., Учитель І. Б. Сім'я у системі цінностей сучасних українців. *Габітус*. 2022. Вип. 40. С. 189-193.

57. Ткаченко В. Є. Благополуччя подружніх відносин і його психологічні детермінанти: теоретичний аналіз. *Наука і освіта.* 2010. Вип. 3. С.113-116.

58. Ткачук Т.А., Іщенко А.С. Психологічні особливості взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях. *Молодий вчений*. 2017. Вип. 5 (45). С. 227-230.

59. Торохтій В.С. Психологічне здоров'я сім'ї. Київ: КАРО, 2009. 160 с.

60. Уманець Н. А. Трансформації рольової структури сучасної української сім'ї крізь призму її інституціональних змін.*Духовність особистості: методологія, теорія і практика.* 2022. Вип. 2. С. 199-212.

61. Федоренко Р. П. Психологія молодої сім'ї і сімейна криза: Монографія. Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. 168 с.

62. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Волинський національний університет імені Лесі Українки. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

63. Baucom D. H., Stanton S. C. E. Couple therapy and depression: Efficacy and mechanisms. *Journal of Family Psychology*. 2021. 35(4). Pp. 554–565. DOI: https://doi.org/10.1037/fam0000774.

64. Bradbury T. N., Karney B. R. Intimate relationships and the trajectory of marital satisfaction. *Current Directions in Psychological Science*. 2019. 28(4). Pp. 429-435. DOI: https://doi.org/10.1177/0963721419851203.

65. Dalgleish T. L., Johnson S. M., Burgess Moser M., Lafontaine M.-F., Wiebe S. A., Tasca G. A. Predicting Change in Marital Satisfaction Throughout Emotionally Focused Couple Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2015. 41(3). Pp. 276-291. DOI: 10.1111/jmft.12077.

66. Fedurcova J., Dankulincova Veselska Z., Filakovska Bobakova D., Madarasova Geckova A., van Dijk J. P., Reijneveld S. A. Crisis in the Family and Positive Youth Development: The Role of Family Functioning. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019. Vol. 16(10) : 1678. Pp. 1-11. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph16101678.

67. Finkel E. J., Simpson J. A., Eastwick P. W. The psychology of close relationships: Four principles for strong bonds. *Annual Review of Psychology*. 2021. 72. Pp. 567-598. DOI: https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050819.

68. Greenman P. S., Johnson S. M. Process Research on Emotionally Focused Therapy (EFT) for Couples: Linking Theory to Practice. *Family Process*. 2013. 52(1). Pp. 46-61. DOI: 10.1111/famp.12015.

69. Johnson S. M., Greenberg L. S. Emotionally focused couples therapy: An outcome study. *Journal of Marital and Family Therapy*. 1985. 11(3). Pp. 313-317. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1985.tb00624.x.

70. Halford W. K., Bodenmann G. Effects of relationship education on couple communication and satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2020. 88(10). Pp. 957-972.

71. KarneyB. R., Bradbury T. N. The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*. 2019. 145(7). Pp. 620–640. DOI: https://doi.org/10.1037/bul0000180.

72. Levenson R. W., Gottman J. M. Emotional dynamics in marriage: A study of affect and physiology. *Emotion Review*. 2020. 12(3). Pp. 212–224. DOI: https://doi.org/10.1177/1754073920903950.

73. Markman H. J., Rhoades G. K., Stanley S. M. Improving couples' relationships through prevention: A decade review of evidence-based programs. *Journal of Marriage and Family Therapy*. 2021. 47(2). Pp. 321-336. DOI: https://doi.org/10.1111/jmft.12564.

74. Rogge R. D., Cobb R. J., Johnson M. D. The efficacy of relationship education in improving relationship satisfaction: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*. 2022. 148(2). Pp. 97-123. DOI: https://doi.org/10.1037/bul0000354.

75. Stanley, S. M., Rhoades, G. K. The new era of cohabitation: Understanding the implications for relationship outcomes. *Family Relations*. 2020. 69(3). Pp. 622–636. DOI: https://doi.org/10.1111/fare.12437.

76. Wiebe S. A., Johnson S. M. A Review of the Research in Emotionally Focused Therapy for Couples. *Family Process*. 2016. 55(3). Pp. 390-407. DOI: 10.1111/famp.12229.

77. Wiebe S. A., Johnson S. M., Lafontaine M.-F., Burgess Moser M., Dalgleish T. L., Tasca G. A. Two-Year Follow-Up Outcomes in Emotionally Focused Couple Therapy: An Investigation of Relationship Satisfaction and Attachment Trajectories. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2017. 43(2). Pp. 227-244. DOI: 10.1111/jmft.12206.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3)»

ПІБ_____

Вік_____

Дата дослідження_____

Інструкція

Уважно прочитайте наступні висловлювання та оцініть їх за п’ятибальною шкалою, позначаючи свою відповідь знаком «+» у відповідній графі таблиці:1 – майже ніколи; 2 – рідко; 3 – час від часу; 4 – часто; 5 – майже завжди.

Висловлювання	1 Майже ніколи	2 Рідко	3 Час від часу	4 Часто	5 Майже завжди
1.Члени нашоїсім’їзвертаютьсяодин до одного за допомогою					
2.При вирішенні проблем враховуються пропозиції та думки дітей					
3.Миз повагою ставимосядо друзів всіх членів сім’ї					
4.Діти самостійно обирають форму поведінки					
5.Ми вважаємо за краще спілкуватися лише у вузькому сімейному колі					
6.Кожен член нашої сімї може бути лідером					
7.Члени нашої сім’ї більш близькі зі сторонніми людьми, ніж один з одним					
8.В нашій сім’ї змінюється спосіб виконання повсякденних справ					
9. Миобожнюємо проводити вільний час разом					
10. Покарання обговорюються батьками разом з дітьми					
11.Члени нашої родини почуваються дуже близькими один до одного					
12. У нашій сім’ї більшість рішень					

приймаються батьками					
13. На сімейних заходах присутні майже всі члени сім’ї					
14. Правила в нашійсім’їзмінюються					
15.Нам важко уявити, що ми могли б зробити всією сім’єю					
16. Домашні обов’язки можуть переходити від одного члена сім’ї до іншого					
17.Ми радимося один з одним під час прийняття рішень					
18. Важко сказати, хто у нашій сім’ї лідер					
19. Єдність дуже важлива для нашої родини					
20. Важко сказати, які обов'язки у домашньому господарстві виконує кожен член сім'ї					

Ключ відповідей

Підрахуйте загальну кількість балів, отриманих за всіма пунктами опитувальника. Високі бали вказують на вищий рівень згуртованості та адаптації сім’ї, тоді як низькі свідчать про наявність проблем у взаєминах.

- 15–35 балів – низький рівень згуртованості та адаптації. Це може свідчити про слабкі емоційні зв’язки між членами сім’ї, недостатню підтримку один одного або труднощі у спільному вирішенні сімейних проблем. Така ситуація може потребувати додаткового аналізу та консультації психолога;
- 36–50 балів – середній рівень згуртованості та адаптації. У сім’ї присутні як позитивні, так і проблемні аспекти. Члени родини здатні підтримувати один одного, але є зони, які потребують уваги, наприклад, поліпшення комунікації чи гнучкості у вирішенні конфліктів;
- 51 і більше балів – високий рівень згуртованості та адаптації. Це свідчить про сильні емоційні зв’язки, високу підтримку один одного, відкритість та гнучкість у вирішенні сімейних питань. Сім’я ефективно адаптується до змін і демонструє здорові взаємини.

Додаток Б

Методика «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» (К. Томас, адаптація Гришиної Н.)

ПІБ_____

Вік_____

Дата дослідження_____

Інструкція

Пропонуємо оцінити кожне твердження за шкалою:1 – майже ніколи; 2 – рідко; 3 – час від часу; 4 – часто; 5 – завжди. Мета методики – визначити, яку стратегію поведінки найчастіше використовує особистість у конфліктних ситуаціях. Виділяють п’ять основних стратегій: конкуренція (домінування, прагнення досягти своїх цілей будь-якою ціною); співпраця (спільне вирішення конфлікту з урахуванням інтересів усіх сторін); компроміс (взаємні поступки для досягнення часткового задоволення обох сторін); уникнення (відхід від конфлікту, небажання взаємодіяти); пристосування (відмова від своїх інтересів на користь іншої сторони).

Опитувальник

Оцініть кожне твердження відповідно до Вашої поведінки у конфліктних ситуаціях:

Твердження	1	2	3	4	5
1. Я намагаюся домогтися своїх цілей будь-яким способом.					
2. Я завжди готовий піти на поступки заради вирішення конфлікту.					
3. Для мене важливо уникати конфліктів за будь-яку ціну.					
4. Я вважаю, що краще знайти рішення, яке задовольнить усіх.					
5. Я часто йду на компроміс, навіть якщо це означає відмову від деяких своїх прав.					
6. Я схильний не зважати на конфлікти, якщо вони не зачіпають мене особисто.					
7. Під час конфлікту я намагаюся переконати іншу сторону у своїй правоті.					
8. Мені важливо уникати відкритих суперечок.					
9. Я прагну досягти розуміння, враховуючи думку іншої сторони.					
10. Я можу поступитися своїми інтересами, щоб зберегти мир у стосунках.					

Ключ до інтерпретації результатів

Для кожної стратегії підсумовуються відповіді на відповідні твердження. Максимальна кількість балів для кожної стратегії – 10, мінімальна – 2.

- конкуренція: твердження 1, 7;
- співпраця: твердження 4, 9;
- компроміс: твердження 5, 6;
- уникнення: твердження 3, 8;
- пристосування: твердження 2, 10.

Інтерпретація результатів

1. Конкуренція. Високий бал свідчить про схильність домінувати у конфліктних ситуаціях, прагнення відстоювати свої інтереси будь-якою ціною.

Низький бал вказує на прагнення уникати конфронтації.

2. Співпраця. Високий бал свідчить про бажання знайти спільне рішення, яке задовольнить усіх учасників конфлікту.

3. Компроміс. Високий бал свідчить про готовність до взаємних поступок.Низький бал може свідчити про недостатню готовність до компромісів, небажання шукати золоту середину. Це може бути наслідком жорсткого відстоювання своїх позицій або, навпаки, уникання конфліктів.

4. Уникнення. Високий бал вказує на прагнення уникати конфліктів, не брати активної участі у їх вирішенні.Низький бал свідчить про активну участь у конфліктних ситуаціях і готовність вирішувати їх, навіть якщо це вимагає значних зусиль.

5. Пристосування. Високий бал свідчить про схильність жертвувати своїми інтересами заради збереження миру у стосунках.

Примітка

Результати дозволяють оцінити переважаючі стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях, що може бути використано для подальшої роботи із сімейними парами.

Додаток В

Методика «Шкала задоволеності шлюбом (MSS)»

ПІБ_____

Вік_____

Дата дослідження_____

Інструкція

Оцініть рівень згоди із кожним твердженням за п’ятибальною шкалою: 1 – повністю не згоден; 2 – не згоден; 3 – нейтрально; 4 – згоден; 5 – повністю згоден.Позначте свою відповідь цифрою у відповідній графі.

Опитувальник

1. Мене задовольняє рівень нашого спілкування.
2. Ми відкрито обговорюємо всі важливі для нас питання.
3. Я відчуваю підтримку від свого партнера.
4. Ми задоволені нашими спільними сімейними традиціями.
5. Наші цінності та життєві цілі співпадають.
6. Ми справедливо розподіляємо обов’язки у сім’ї.
7. Я почуваюся комфортно поруч із своїм партнером.
8. У нашій сім’ї панує емоційна гармонія.
9. Ми ефективно вирішуємо конфлікти у наших взаєминах.
10. Наш шлюб приносить мені щастя та задоволення.
11. Ми підтримуємо одне одного у складних ситуаціях.
12. Мене влаштовує рівень фізичної близькості у шлюбі.
13. Ми проводимо достатньо часу разом.
14. Я відчуваю вдячність до свого партнера за внесок у наші стосунки.
15. Наші сімейні рішення приймаються спільно.
16. Ми підтримуємо один одного у досягненні особистих цілей.
17. Я задоволений підходом до виховання дітей у нашій сім’ї (за наявності дітей).
18. Я відчуваю, що наш шлюб розвивається в правильному напрямку.

19.Ми довіряємо одне одному.

20.Я відчуваю себе частиною міцного партнерства.

Ключ до інтерпретації

Підрахуйте суму балів за всіма питаннями (максимум – 100, мінімум – 20):

1. 80–100 балів: дуже високий рівень задоволеності шлюбом. Ваші стосунки стабільні, гармонійні, і ви задоволені всіма ключовими аспектами шлюбу.

2. 60–79 балів: високий рівень задоволеності. Загалом ви задоволені шлюбом, але можливі окремі труднощі чи зони для вдосконалення.

3. 40–59 балів: середній рівень задоволеності. У стосунках присутні певні напруження чи проблеми, які потребують уваги та вирішення.

4. 20–39 балів: низький рівень задоволеності. Існують серйозні розбіжності або проблеми, які впливають на якість стосунків. Рекомендується звернутися до сімейного консультанта.

Примітка

Цей опитувальник може використовуватися як самостійний інструмент або у поєднанні з іншими методиками для комплексної оцінки подружніх стосунків.

Додаток Г

Методика «Сімейні ролі»

(О. Черніков, адаптація Р. Германа, Н. Фрідмана)

ПІБ_____

Вік_____

Дата дослідження_____

Інструкція

Запишіть імена всіх членів вашої сім'ї у відповідну колонку таблиці.Оцініть кожну роль за допомогою зірочок, визначаючи, наскільки ця роль притаманна кожному члену сім'ї:*** – ця роль є постійною;** – ця роль виконується часто; *– ця роль виконується іноді.

Якщо деякі ролі не характерні для вашої сім'ї, залиште відповідні графи порожніми.У разі наявності унікальних ролей у вашій сім'ї, яких немає у списку, додайте їх у таблицю.Зі списку всіх ролей виділіть три, які, на вашу думку, є найважливішими для життя сім'ї.

Таблиця для оцінювання

Роль	Член сім'ї 1	Член сім'ї 2	Член сім'ї 3	Член сім'ї 4
Лідер				
Виконавець				
Конфліктний модератор				
Головний організатор				
Емоційна підтримка				
Фінансовий планувальник				
Мотиватор				
Догляд за дітьми				
Інші ролі (вкажіть)				

Інтерпретація

1. Лідер. Член сім'ї, який приймає ключові рішення, задає напрямок дій та вирішує стратегічні питання. Лідер зазвичай бере на себе відповідальність за вирішення складних ситуацій і впливає на загальну атмосферу в сім'ї.

2. Виконавець. Особа, відповідальна за виконання конкретних завдань і повсякденних обов'язків. Виконавець забезпечує реалізацію рішень, прийнятих іншими членами сім'ї, і підтримує порядок у домі.

3. Конфліктний модератор Людина, яка сприяє вирішенню суперечок, забезпечує спокій та гармонію в сім'ї. Модератор допомагає членам сім'ї знаходити компроміси та уникати емоційного напруження під час конфліктів.

4. Головний організатор. Особа, яка займається плануванням та організацією сімейних справ і заходів. Організатор координує дії всіх членів сім'ї, створює чіткий розпорядок дня та стежить за його виконанням.

5. Емоційна підтримка. Член сім'ї, який забезпечує комфорт, розуміння та підтримку у важкі моменти. Ця роль включає надання порад, емоційного підбадьорення та створення затишної атмосфери вдома.

6. Фінансовий планувальник. Відповідає за контроль та розподіл сімейного бюджету, планування витрат і заощаджень. Планувальник аналізує доходи та витрати, розробляє стратегії для досягнення фінансової стабільності.

7. Мотиватор. Людина, яка надихає інших на досягнення цілей, підтримує моральний дух. Мотиватор стимулює членів сім'ї до розвитку, допомагає їм долати труднощі та вірити у власні сили.

8. Догляд за дітьми. Виконує основну частину роботи, пов'язаної з доглядом, вихованням та навчанням дітей. Особа, відповідальна за цю роль, також піклується про створення сприятливих умов для розвитку дитини та її емоційного благополуччя.

Методика дозволяє оцінити як об'єктивну, так і суб'єктивну рольову структуру сім'ї, створюючи основу для подальшої роботи над поліпшенням взаємин та функціонування родини.

Додаток Д

Результати дослідження за методикою «Сімейні ролі» до впровадження програми психологічної підтримки молодого подружжя

Сім'я	Лідер	Виконавець	Конфліктний модератор	Головний організатор	Емоційна підтримка	Фінансовий планувальник	Мотиватор	Догляд за дітьми
Сім'я 1 (м. Київ)	***	**	***	***	***	***	**	**
Сім'я 2 (м. Львів)	***	***	**	**	***	**	***	**
Сім'я 3 (м. Одеса)	**	***	**	***	***	**	**	***
Сім'я 4 (м. Харків)	***	***	***	***	***	***	***	**
Сім'я 5 (м. Дніпро)	***	**	***	***	***	**	***	**
Сім'я 6 (м. Запоріжжя)	**	***	**	**	**	**	**	**
Сім'я 7 (м. Вінниця)	***	***	***	***	***	***	***	**
Сім'я 8 (м. Черкаси)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 9 (м. Полтава)	**	***	***	***	***	***	**	***
Сім'я 10 (м. Житомир)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 11 (м. Чернівці)	***	**	**	***	***	***	**	**
Сім'я 12 (м. Херсон)	**	***	**	**	**	**	**	***
Сім'я 13 (м. Миколаїв)	***	**	***	**	**	**	**	**
Сім'я 14 (м. Рівне)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 15 (м. Кропивницький)	**	***	***	***	***	***	**	***
Сім'я 16 (м. Тернопіль)	***	***	***	***	***	***	***	**
Сім'я 17 (м. Луцьк)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 18 (м. Ужгород)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 19 (м. Івано-Франківськ)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 20 (м. Суми)	***	**	***	***	***	**	***	**

Додаток Е

Результати дослідження за методикою «Сімейні ролі» після впровадження програми психологічної підтримки молодого подружжя

Сім'я	Лідер	Виконавець	Конфліктний модератор	Головний організатор	Емоційна підтримка	Фінансовий планувальник	Мотиватор	Догляд за дітьми
Сім'я 1 (м. Київ)	***	**	***	***	***	***	**	**
Сім'я 2 (м. Львів)	***	***	***	***	***	**	***	**
Сім'я 3 (м. Одеса)	**	***	**	***	***	**	**	***
Сім'я 4 (м. Харків)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 5 (м. Дніпро)	***	**	***	***	***	**	***	**
Сім'я 6 (м. Запоріжжя)	**	***	**	***	**	**	**	**
Сім'я 7 (м. Вінниця)	***	***	***	***	***	***	***	**
Сім'я 8 (м. Черкаси)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 9 (м. Полтава)	**	***	***	***	***	***	**	***
Сім'я 10 (м. Житомир)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 11 (м. Чернівці)	***	**	***	***	***	***	**	**
Сім'я 12 (м. Херсон)	**	***	**	**	**	**	**	***
Сім'я 13 (м. Миколаїв)	***	**	***	**	**	**	**	**
Сім'я 14 (м. Рівне)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 15 (м. Кропивницький)	**	***	***	***	***	***	**	***
Сім'я 16 (м. Тернопіль)	***	***	***	***	***	***	***	**
Сім'я 17 (м. Луцьк)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 18 (м. Ужгород)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 19 (м. Івано-Франківськ)	***	***	***	***	***	***	***	***
Сім'я 20 (м. Суми)	***	**	***	***	***	**	***	**